

**Κατευθυντήριες γραμμές για  
οργανισμούς στον τομέα της  
νεολαίας σχετικά με οργανωτικές  
δομές και στρατηγικές για τη  
συμπερίληψη ατόμων με  
Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος  
(ΔΑΦ)**



Co-funded by  
the European Union



Co-funded by  
the European Union



# Συγγραφείς

*SOSU Østjylland - Δανία*

Anna Jørgensen

*Anziani e non solo - Ιταλία*

Veronica Cattini

Rebecca Vellani

*KMOP - Ελλάδα*

Στέλλα Βαγενά

Επαμεινώνδας Κουταβέλης

*CARDET - Κύπρος*

Ανδρέας Γεωργίου

Κατερίνα Παναγή

*Fundació Mira'm - Ισπανία*

Laura Climent

Hugo Orosa

Manuel Martín

Φεβρουάριος 2023





## Κεφάλαια

<b>Συγγραφείς .....</b>	<b>2</b>
<b>Κεφάλαιο 1 – Τι είναι ΔΑΦ; .....</b>	<b>4</b>
Εισαγωγή .....	4
1. Βασικά χαρακτηριστικά της ΔΑΦ .....	4
2. Σημεία διαφοροποίησης στη ΔΑΦ .....	7
<b>Κεφάλαιο 2 – Επικοινωνία με Άτομα με ΔΑΦ .....</b>	<b>11</b>
Εισαγωγή .....	11
1. Ανάγκες υποστήριξης και κοινωνικής επικοινωνίας .....	11
2. Άτομα με ΔΑΦ με γλωσσικό έλλειμμα .....	12
3. Άτομα με ΔΑΦ χωρίς γλωσσικό έλλειμμα .....	18
<b>Κεφάλαιο 3 – Δημιουργία ενός ασφαλούς περιβάλλοντος &amp; Οργανωτικές δομές   Χωρίς αποκλεισμούς.....</b>	<b>21</b>
Εισαγωγή .....	21
1. Οργανωτικές δομές   Χωρίς αποκλεισμούς.....	22
2. Ασφαλείς χώροι – πραγματικοί και νοητοί .....	29
<b>Κεφάλαιο 4 – Υποστηρίζοντας το προσωπικό σας στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που σχετίζονται με τη ΔΑΦ .....</b>	<b>33</b>
Εισαγωγή .....	33
1. Τα τρία στάδια της διαδικασίας της συμπερίληψης (πριν, κατά τη διάρκεια, μετά) .....	34
2. Κατευθυντήριες γραμμές για συμπεριληπτικές δραστηριότητες .....	38
3. Ας σκεφτούμε... .....	44
<b>Κεφάλαιο 5 – Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες.....</b>	<b>46</b>
1. Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στην κοινωνική συμπερίληψη: .....	47
2. Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στη σχολική συμπερίληψη .....	48
3. Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στην εργασιακή συμπερίληψη .....	50
4. Πολυδιάστατα έργα με ομάδα-στόχο άτομα με ΔΑΦ .....	51
<b>Βιβλιογραφικές Πηγές .....</b>	<b>52</b>



## Κεφάλαιο 1 – Τι είναι ΔΑΦ;

### Εισαγωγή

Η Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ) αποτελεί μία νευροαναπτυξιακή διαταραχή με βιολογική βάση, η οποία εκδηλώνεται τα πρώτα 3 χρόνια της ζωής, αλλά τα χαρακτηριστικά της εξελίσσονται με την πάροδο του χρόνου. Η ΔΑΦ είναι ένας τρόπος ύπαρξης, ερμηνείας της πραγματικότητας, αντίληψης και σκέψης.

Το 2013, ο Αμερικανικός Ψυχιατρικός Σύλλογος - APA (American Psychiatric Association) δημοσίευσε μία νέα έκδοση του DSM, το οποίο αποτελεί το πιο σημαντικό Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο Ψυχικών Διαταραχών, παρουσιάζοντας το DSM-5. Σε αυτή τη νέα έκδοση του εγχειριδίου σημειώθηκαν σημαντικές αλλαγές στον ορισμό της ΔΑΦ. Η πιο αξιοσημείωτη ήταν σαφώς η εισαγωγή του όρου Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος, ο οποίος αποτελεί μια ολόκληρη μακροκατηγορία, φανερώνοντας τη διαστατική πτυχή της διαταραχής. Στη σημερινή πραγματικότητα, δεν γίνεται πλέον λόγος για διάγνωση "Αυτιστικής Διαταραχής", "Συνδρόμου Asperger" και "Διάχυτης Αναπτυξιακής Διαταραχής Μη Προσδιοριζόμενης Αλλιώς". Η ΔΑΦ είναι μία ενιαία διαγνωστική κατηγορία -ένα συνεχές- εντός του οποίου μπορούμε να βρούμε διαφορετικές διαβαθμίσεις λειτουργικότητας κατά μήκος ενός φάσματος.

Όσον αφορά τη συχνότητα εμφάνισης, η ΔΑΦ εμφανίζεται συχνότερα στα αγόρια από ό,τι στα κορίτσια, με αναλογία 4:1 μεταξύ των δύο φύλων.

### 1. Βασικά χαρακτηριστικά της ΔΑΦ

Η ΔΑΦ φέρει δύο βασικά χαρακτηριστικά (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, DSM-5, 2013):

- **Επίμονη έλλειψη κοινωνικής επικοινωνίας και κοινωνικής αλληλεπίδρασης.**
- **Περιορισμένα και επαναλαμβανόμενα μοτίβα συμπεριφοράς, ενδιαφερόντων ή δραστηριοτήτων.**

Τα χαρακτηριστικά αυτά ποικίλουν ως προς την έκταση και τη σοβαρότητα και συχνά μεταβάλλονται καθώς το άτομο αποκτά άλλες αναπτυξιακές δεξιότητες.



### 1.1 Κοινωνική επικοινωνία και κοινωνική αλληλεπίδραση στα άτομα με ΔΑΦ

Τα άτομα με ΔΑΦ έχουν επίμονες δυσκολίες στην **κοινωνική επικοινωνία** σε πολλά πλαίσια. Στην πραγματικότητα, δυσκολεύονται να ερμηνεύσουν και να αξιοποιήσουν τη μη λεκτική επικοινωνία στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις, η οποία παίζει καθοριστικό ρόλο στην κατανόηση των προθέσεων και της εσωτερικής συναισθηματικής και ψυχικής κατάστασης του/της συνομιλητή/-τριας τους. Αυτό οδηγεί επίσης σε δυσκολίες στην κατανόηση της ειρωνείας και των αστείων. Κατά την επικοινωνία με άτομα με ΔΑΦ είναι επομένως σημαντικό να διατυπώνονται τα πάντα με σαφήνεια.

Ένα άλλο βασικό χαρακτηριστικό της ΔΑΦ αφορά την έλλειψη της κοινωνικής-συναισθηματικής αμοιβαιότητας στην **κοινωνική αλληλεπίδραση**.

Συνδέεται στενά με τη δυσκολία επεξεργασίας, ερμηνείας και χρήσης της μη λεκτικής επικοινωνίας. Αυτό έχει αντίκτυπο στην ικανότητά τους να αναπτύσσουν και να καλλιεργούν σχέσεις και να κατανοούν τη δυναμική των σχέσεων αυτών. Το εν λόγω έλλειμμα μπορεί να κυμαίνεται από μία δυσκολία στη ρύθμιση της συμπεριφοράς του ατόμου με βάση την ανατροφοδότηση από τον/την συνομιλητή/-τρια του ή με βάση το κοινωνικό πλαίσιο, μέχρι και δυσκολίες στην προσοχή συναρμογής/κοινή προσοχή (joint attention), το συμβολικό παιχνίδι, τη δημιουργία φίλων και το παιχνίδι με συνομηλίκους, μέχρι και μία εμφανή αδιαφορία για τους άλλους ανθρώπους. Είναι σαν τα κοινωνικά συνθήματα να μιλούν μια γλώσσα άγνωστη σε αυτά τα άτομα, επομένως, είναι σημαντικό να "υποτιλίζουμε" τους διαλόγους που έχουμε μαζί τους εξηγώντας όλες τις προθέσεις και τα συναισθήματά μας και να τους παρέχουμε σαφείς οδηγίες και διαδικασίες, συνοδευόμενες από εικόνες, για το πώς να συμπεριφέρονται και τι να κάνουν σε διάφορες κοινωνικές καταστάσεις.

### 1.2 Περιορισμένες, επαναλαμβανόμενες, και στερεοτυπικές συμπεριφορές, δραστηριότητες, ή ενδιαφέροντα

Τα άτομα με ΔΑΦ μπορεί να εμφανίσουν **στερεοτυπικά και επαναλαμβανόμενα μοτίβα κινήσεων, χρήση αντικειμένων και ομιλίας**, τα οποία μπορεί να φαίνονται

παράξενα και ακατάλληλα για το περιβάλλον και την κοινωνική περίσταση και να παρεμποδίζουν τη λειτουργικότητα του ατόμου (Lewis & Boucher, 1988).

Αυτές οι στερεοτυπίες μπορεί να είναι:

- αμφιταλαντεύσεις: ρυθμική ταλάντευση του κορμού του σώματος μπρος πίσω ή δεξιά αριστερά, ή εμπρόςθια πηδηματάκια
- απλές στερεότυπες κινήσεις
- έντονη επιθυμία και ανάγκη για τέλεια οργάνωση του χώρου και τακτοποίηση των πραγμάτων
- επαναλαμβανόμενο άγγιγμα/ψηλάφηση αντικειμένων
- ηχολαλία: η αυθόρμητη επανάληψη λέξεων ή/και προτάσεων κάποιου/-ας άλλου/-ης, διαλόγου, σκηνών από ταινίες, τραγούδια, κ.λπ.
- ιδιосуγκρασιακές φράσεις, π.χ. η ασυνήθιστη επανάληψη λέξεων ή φράσεων.

Τα άτομα με ΔΑΦ τείνουν να προσκολλώνται σε αυστηρές και σταθερές ρουτίνες, εκτιμώντας οτιδήποτε είναι προβλέσιμο και ακολουθεί σταθερά πρότυπα. Από αυτή την άποψη, ακόμη και μικρές αλλαγές μπορούν να δημιουργήσουν μεγάλη δυσφορία στο άτομο με ΔΑΦ. Μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολίες με τις μεταβάσεις από το ένα περιβάλλον στο άλλο ή από το ένα πλαίσιο στο άλλο.

Αυτή η επιμονή στην ομοιομορφία μπορεί επίσης να εκδηλωθεί στην επιλογή του φαγητού. Είναι σημαντικό να βοηθήσετε το άτομο με ΔΑΦ να προβλέψει τι θα συμβεί στην ημέρα του μέσω ενός ημερολογίου εμπλουτισμένου με οπτικά βοηθήματα, αλλά είναι επίσης σημαντικό να το βοηθήσετε να συνηθίσει στην αβεβαιότητα, π.χ. μέσα στο οπτικό ημερολόγιο είναι εφικτό να εισάγετε ένα εικονίδιο με ερωτηματικό και να το ονομάσετε "απροσδόκητο γεγονός".

Ένα άλλο βασικό χαρακτηριστικό της ΔΑΦ είναι η παρουσία εξαιρετικά περιορισμένων ενδιαφερόντων που χαρακτηρίζονται από ασυνήθιστη ένταση ή εστίαση, π.χ. μπορεί να έχουν έντονο πάθος για τα έντομα και να γνωρίζουν κάθε λεπτομέρεια γι' αυτά.

Τέλος, η ΔΑΦ μπορεί επίσης να περιλαμβάνει **υπερ- ή υπο- αντιδραστικότητα** στα αισθητηριακά ερεθίσματα ή ασυνήθιστο ενδιαφέρον για ορισμένα αισθητηριακά χαρακτηριστικά του περιβάλλοντος (μπορεί να γοητεύονται από τα φώτα, τα χρώματα, τις κινήσεις, κ.λπ.). Μπορεί να υπάρχουν ήχοι, φώτα, μυρωδιές ή υφές που προκαλούν ιδιαίτερη δυσφορία στα άτομα με ΔΑΦ ή, αντίθετα, μπορεί να μην είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα στον πόνο ή στη θερμοκρασία.

## 2. Σημεία διαφοροποίησης στη ΔΑΦ

Με τη δημοσίευση του DSM-5 (2013), αποφασίστηκε να γίνεται λόγος για αυτισμό συγκεντρώνοντας όλες τις προηγούμενες υποκατηγορίες κάτω από έναν ενιαίο ορισμό "Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος". Αυτός ο ορισμός τονίζει τη σημασία της προσέγγισης του αυτισμού σύμφωνα με τα βασικά χαρακτηριστικά που είναι κοινά σε όλα τα άτομα με ΔΑΦ. Κάθε χαρακτηριστικό, σύμπτωμα ή έλλειμμα ορίζεται έτσι ως ένα διαστατικό συνεχές, εντός του οποίου πρέπει να τοποθετείται η ένταση και η σοβαρότητά του.

Θεωρούμε ότι είναι απαραίτητο να μιλάμε για τον αυτισμό ως μια κατάσταση ζωής, έναν τρόπο λειτουργίας που συνοδεύει τους ανθρώπους από τα πρώτα στάδια της ανάπτυξης τους μέχρι την ενηλικίωση. Εφόσον πρόκειται για μια κατάσταση ζωής, οι παρεμβάσεις πρέπει επίσης να ανταποκρίνονται στις ιδιαίτερες ανάγκες του ατόμου στη δεδομένη στιγμή της ζωής του και στα ατομικά του χαρακτηριστικά.

### 2.1 Λειτουργικότητα

Ο ίδιος ο ορισμός της Διαταραχής Αυτιστικού Φάσματος επικαλείται την ιδέα της ετερογένειας. Στην πραγματικότητα, υπάρχουν πολλαπλές και ετερογενείς εκδηλώσεις της κλινικής διάγνωσης (Lai, Lombardo, Chakrabarti, & Baron-Cohen, 2013). Στο διαγνωστικό εγχειρίδιο που χρησιμοποιείται ως σημείο αναφοράς (Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο Ψυχικών Διαταραχών, Πέμπτη Έκδοση, DSM-5), εκτός από τα βασικά χαρακτηριστικά, περιγράφονται και στοιχεία που μας βοηθούν να προσδιορίσουμε καλύτερα κάθε περίπτωση. Αυτά είναι τα εξής:

- Με ή χωρίς παράλληλη νοητική αναπηρία.

- Με ή χωρίς γλωσσική διαταραχή.
- Που σχετίζεται με γνωστοποιημένη ιατρική ή γενετική πάθηση, ή με περιβαλλοντικούς παράγοντες.
- Που σχετίζεται με άλλα νευροαναπτυξιακά, ψυχικά, ή συμπεριφορικά προβλήματα.

Περαιτέρω προσδιορισμοί γίνονται σε σχέση με τη σοβαρότητα των συμπτωμάτων και την απαιτούμενη υποστήριξη. Αυτό μας επιτρέπει να περιγράψουμε τον βαθμό δυσκολίας μέσω της περιγραφής των δύο κύριων διαστάσεων (τα βασικά συμπτώματα) σε 3 βαθμούς σοβαρότητας:

- Επίπεδο 1 - Απαιτείται υποστήριξη.
- Επίπεδο 2 - Απαιτείται μεγάλου βαθμού υποστήριξη.
- Επίπεδο 3 - Απαιτείται πολύ μεγάλου βαθμού υποστήριξη.

Αυτό μας δίνει να καταλάβουμε ότι η σοβαρότητα αυτών των βασικών και των συναφών χαρακτηριστικών είναι ιδιαίτερα υποκειμενικός και μπορεί να αλλάξει από άτομο σε άτομο, παρόλο που η διάγνωση είναι η ίδια. Έτσι, όταν προσεγγίζουμε ένα άτομο με ΔΑΦ, πρέπει να αναλογιζόμαστε ότι αυτό το άτομο μπορεί να παρουσιάζει πολύ διαφορετικές ικανότητες και δυσκολίες από ένα άλλο άτομο (Vivanti, et al., 2013). Επίσης, το ίδιο άτομο μπορεί να παρουσιάζει χαρακτηριστικά διαφορετικής σοβαρότητας ανάλογα με το πλαίσιο ή τη δεδομένη χρονική στιγμή της ζωής του.

Ας δούμε μερικά παραδείγματα για το πώς οι δύο συμπτωματολογικές διαστάσεις εμφανίζονται σύμφωνα με ένα συνεχές αυξανόμενης σοβαρότητας και απαιτούμενης υποστήριξης.

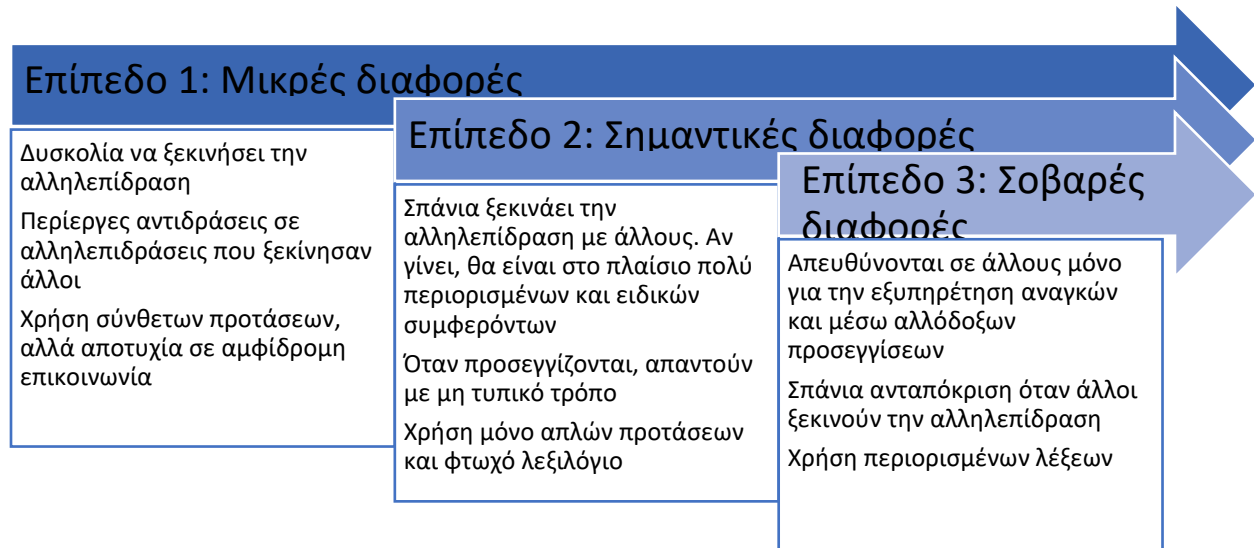
## 2.2 Κοινωνική επικοινωνία και κοινωνική αλληλεπίδραση

Όπως είδαμε παραπάνω, ένα άτομο με ΔΑΦ μπορεί να αντιμετωπίζει δυσκολίες στην κοινωνικοποίηση και την επικοινωνία, οι οποίες μπορεί να ποικίλλουν ανάλογα με το επίπεδο σοβαρότητας. Κάθε επίπεδο μπορεί στην πραγματικότητα να έχει τις δικές του





ιδιαιτερότητες και έχουν εντοπιστεί τα ακόλουθα όσον αφορά την επικοινωνία και την κοινωνική αλληλεπίδραση:



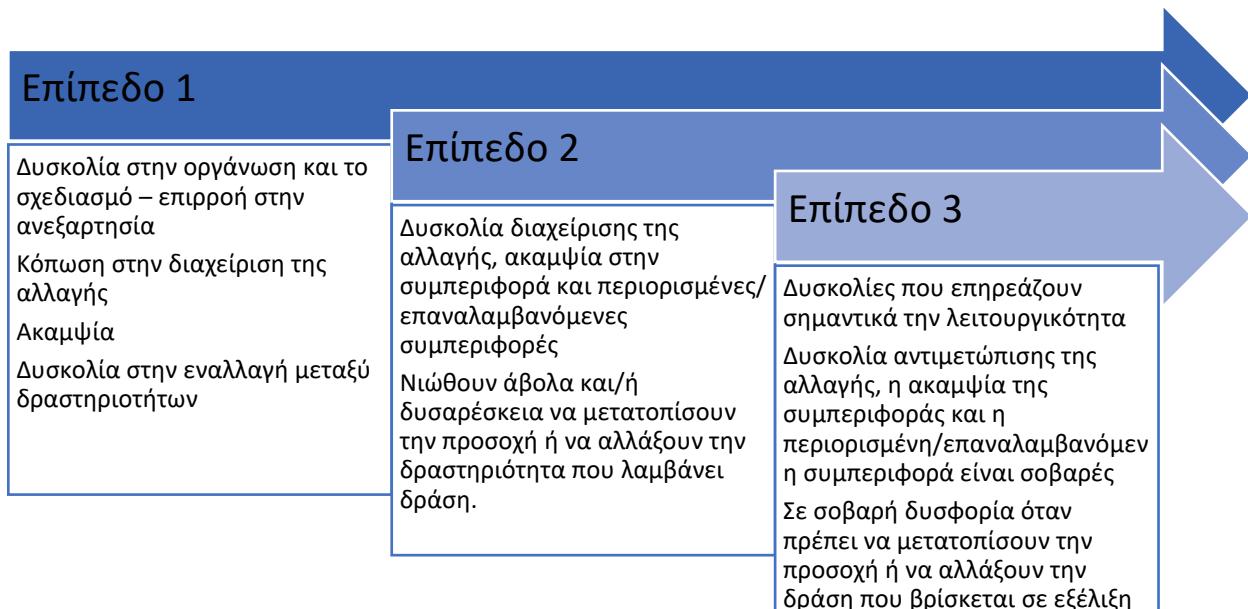
Ακολουθεί μια απεικόνιση εμπνευσμένη από μια πρώιμη κατηγοριοποίηση της ΔΑΦ που πραγματοποίησε ο Wing (1988). Αν και παρωχημένη και περιοριστική, μας δίνει μια ιδέα των πολλών πτυχών που μπορούν να εμφανιστούν όσον αφορά τις δυσκολίες στον τομέα της επικοινωνίας και της κοινωνικής αλληλεπίδρασης.





## 2.3 Περιορισμένα και επαναλαμβανόμενα μοτίβα συμπεριφοράς, ενδιαφερόντων ή δραστηριοτήτων

Το άλλο βασικό στοιχείο στην περιγραφή των συμπτωμάτων της ΔΑΦ είναι ένα περιορισμένο και επαναλαμβανόμενο μοτίβο συμπεριφοράς, ενδιαφερόντων ή δραστηριοτήτων. Ας προσπαθήσουμε, λοιπόν, να δούμε μαζί πώς μπορεί να αλλάξουν σε αυτόν τον τομέα ανάλογα με τη σοβαρότητα:



Αυτά είναι παραδείγματα των κύριων δυσκολιών που μπορεί να έχει ένας/μία νέος/-α με ΔΑΦ. Ωστόσο, πρέπει να θυμόμαστε ότι κάθε άτομο είναι διαφορετικό. Απευθυνθείτε απευθείας σε τον/την ίδιο/-α ή στην οικογένειά του/της για να μάθετε ποιες μπορεί να είναι οι δυσκολίες και τα δυνατά τους σημεία.

## Κεφάλαιο 2 – Επικοινωνία με Άτομα με ΔΑΦ

### Εισαγωγή

Οι δυσκολίες στην κοινωνική επικοινωνία μπορούν και πρέπει να εκληφθούν ως ένα από τα απαιτούμενα κριτήρια, τόσο από τη σκοπιά του DSM-5 όσο και του ICD-11, του άλλου διεθνούς εγχειριδίου που αποτελεί σημείο αναφοράς (Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, 2022), για την τρέχουσα διάγνωση της Διαταραχής του Φάσματος του Αυτισμού (ΔΑΦ).

Σε αυτό το κεφάλαιο δεν θα εξηγήσουμε τις βασικές πτυχές του αυτισμού όπως προηγουμένως. Ωστόσο, πρέπει να επισημάνουμε ότι ο ισχύων ορισμός του αυτισμού επικεντρώνεται μόνο στην κοινωνική επικοινωνία και όχι στη γλώσσα καθεαυτή, καθώς αυτή η πτυχή της ανάπτυξης δεν επηρεάζεται πάντα και επομένως δεν μπορεί να θεωρηθεί διαγνωστικό κριτήριο για όλα τα άτομα με ΔΑΦ. Στο φάσμα του αυτισμού μπορούμε να βρούμε άτομα με καθόλου προφορικό λόγο και με πολύ ανεπτυγμένο προφορικό λόγο. Σε όλες τις περιπτώσεις, αυτό που παρατηρείται είναι οι δυσκολίες στην κοινωνική επικοινωνία και οφείλουμε να σκεφτούμε τον καταλληλότερο τρόπο υποστήριξης για τη διευκόλυνση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης.

Για να προσδιοριστεί ποιο είναι το πιο αποτελεσματικό και κατάλληλο είδος υποστήριξης για το κάθε άτομο με ΔΑΦ, απαιτείται μια ολιστική και ολοκληρωμένη προσέγγιση. Αυτό σημαίνει ότι κάθε υποστήριξη πρέπει να εξατομικεύεται, να σχεδιάζεται σύμφωνα με όλους τους παράγοντες που περιλαμβάνονται στην εκάστοτε κατάσταση και να μπορεί να λαμβάνει υπόψη διαφορετικά πλαίσια. Τέλος, κάθε άτομο θα πρέπει να είναι σε θέση να εκφράσει τις ανάγκες του και το είδος της υποστήριξης που χρειάζεται και επιθυμεί.

### 1. Ανάγκες υποστήριξης και κοινωνικής επικοινωνίας

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, οι ανάγκες υποστήριξης της κοινωνικής επικοινωνίας θα πρέπει να κατανοηθούν από δύο τουλάχιστον διαφορετικές οπτικές γωνίες. Η πρώτη οπτική πρέπει να αφορά τις επικοινωνιακές δεξιότητες και δυνατότητες του ατόμου με ΔΑΦ με στόχο τη διεύρυνση των γλωσσικών και επικοινωνιακών του πόρων. Η δεύτερη οπτική θα πρέπει να εστιάζει στον προβληματισμό σχετικά με τις

απαιτήσεις που τίθενται στο συγκεκριμένο άτομο στα διάφορα πλαίσια στα οποία συμμετέχει ενεργά- στη συνέχεια, πρέπει αυτές οι ενέργειες να διευκολύνονται, έτσι ώστε το χάσμα μεταξύ ικανοτήτων και απαιτήσεων να μειώνεται όσο το δυνατόν περισσότερο.

Όπως αναφέραμε παραπάνω, οι περιπτώσεις που απαντώνται στο πλαίσιο της Διαταραχής του Φάσματος του Αυτισμού παρουσιάζουν μεγάλες διαφορές τόσο από πλευράς κοινωνικής επικοινωνίας όσο και από πλευράς γλωσσικών δυνατοτήτων.

Επισημάναμε ήδη ότι μπορούμε να δούμε άτομα με ΔΑΦ με ή χωρίς προφορικές γλωσσικές δυνατότητες. Εντός της τελευταίας κατηγορίας (με γλωσσικές δυνατότητες), θα μπορούσαμε επίσης να βρούμε άτομα με γλωσσικό έλλειμμα (περίπου 25-30% των ατόμων με ΔΑΦ) και άτομα χωρίς γλωσσικό έλλειμμα.

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, η συζήτηση για την επικοινωνία και τη γλώσσα στο φάσμα του αυτισμού είναι ακόμη πιο περίπλοκη αν ο χώρος είναι επίσης περιορισμένος. Ακόμα κι έτσι, θα προσπαθήσουμε να βρούμε μια πρακτική και λειτουργική προσέγγιση που είναι χρήσιμη για την επικοινωνία με τα άτομα με αυτισμό για τους επόπτες και τους εκπαιδευτές των οργανισμών στο πεδίο της νεολαίας. Για να το κάνουμε αυτό, θα χωρίσουμε το παρόν κείμενο αφενός για άτομα με ΔΑΦ με γλωσσικό έλλειμμα και αφετέρου για άτομα με ΔΑΦ χωρίς γλωσσικό έλλειμμα.

## 2. Άτομα με ΔΑΦ με γλωσσικό έλλειμμα

Το πρώτο πράγμα που πρέπει να ληφθεί υπόψη είναι ότι κάθε άτομο έχει το δικαίωμα να μπορεί να επικοινωνεί πέρα από τις προφορικές και γραπτές δυνατότητες και δεξιότητές του. Έχοντας αυτό ως σημείο εκκίνησης, τα άτομα που προσφέρουν υποστήριξη πρέπει να είναι υπεύθυνα για την παροχή αυτής και τη διδασκαλία ενός λειτουργικού επικοινωνιακού συστήματος προσαρμοσμένου στις ανάγκες και τις προσδοκίες των ατόμων με ΔΑΦ που υποστηρίζουν. Κάθε άτομο που προσφέρει υποστήριξη και αλληλεπιδρά με ουσιαστικό τρόπο με άτομα με ΔΑΦ θα πρέπει να σέβεται και να γνωρίζει τα δικά τους συστήματα επικοινωνίας. Για το σκοπό αυτό, θα προσφέρουμε μια σύντομη επεξήγηση των συστημάτων που χρησιμοποιούνται συχνότερα στις μέρες μας.

### *Εναλλακτική και επαυξητική επικοινωνία*

Ως Εναλλακτικά και Επαυξητικά Συστήματα Επικοινωνίας (Alternative and Augmentative Communication Systems - AACs) μπορούν να οριστούν οι μέθοδοι που χρησιμοποιούνται για να συμπληρώσουν ή να αντικαταστήσουν την ομιλία ή τη γραφή για άτομα με δυσκολίες παραγωγής ή κατανόησης προφορικού ή/και γραπτού λόγου.

Μεταξύ άλλων, τα AACs έχουν τα εξής οφέλη:

- Επιτρέπουν την κοινωνικοποίηση του ατόμου βελτιώνοντας τις διαπροσωπικές σχέσεις.
- Βελτιώνουν την ικανότητα προσοχής κατά τη διάρκεια των επικοινωνιακών αλληλεπιδράσεων.
- Μειώνουν το άγχος του ατόμου.
- Μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε περιβάλλοντα πραγματικής ζωής.
- Μπορούν να μειώσουν την πιθανότητα εμφάνισης δύσκολων συμπεριφορών.

Ακολουθούν ορισμένες από τις μεθόδους που χρησιμοποιούνται σήμερα:

#### **2.1 Χειρονομίες και νοηματική γλώσσα**

Τα συστήματα διάδρασης/επικοινωνίας με χειρονομίες και οι νοηματικές γλώσσες χρησιμοποιούνται ευρέως όταν οι άνθρωποι δεν χρησιμοποιούν προφορικό λόγο ή όταν ο προφορικός τους λόγος πρέπει να υποστηρίζεται από άλλες επικοινωνιακές μεθόδους.

Μπορούμε να αναφέρουμε ως παράδειγμα το πρόγραμμα ολικής επικοινωνίας του Benson Schaeffer, το οποίο έχει ως στόχο την προώθηση της αυθόρμητης μη λεκτικής επικοινωνίας με τη χρήση νοημάτων και από τους δύο συνομιλητές. Τα νοήματα αυτά συνοδεύονται από ομιλία.



Εικόνα 1. Παράδειγμα χρήσης νοημάτων στην ισπανική γλώσσα

## 2.2 Συστήματα επικοινωνίας/διάδρασης χαμηλής τεχνολογίας

Τα συστήματα εναλλακτικής και επαυξητικής επικοινωνίας χαμηλής τεχνολογίας (Low-tech AAC exchange systems) αποτελούνται από επικοινωνιακούς μηχανισμούς ή/και πίνακες επικοινωνίας για αιτήματα στα οποία μια εικόνα φθάνει σε ένα δέκτη για να επικοινωνήσει αυτό που το άτομο επιθυμεί να επιτύχει.

Το πιο αναγνωρισμένο σύστημα επικοινωνίας μέσω ανταλλαγής εικόνων είναι το [PECS](#) (Picture Exchange Communication System) (Frost & Bondy, 1994). Περιλαμβάνει τη διδακτική διαδικασία να δείχνει κάποιος/-α ένα σύμβολο σε ένα άλλο άτομο προκειμένου να πάρει ένα αντικείμενο ή να ξεκινήσει μια επιθυμητή δραστηριότητα.



Εικόνα 2. Επικοινωνιακό αναλογικό βιβλίο PECS με εικονογράμματα

Η διδασκαλία αυτού του συστήματος αποτελείται από διάφορα στάδια με αυξανόμενη δυσκολία ανάλογα το επικοινωνιακό περιεχόμενο. Στο πρώτο στάδιο ο μόνος στόχος είναι να αποδοθεί ένα μεμονωμένο στοιχείο, μια εικόνα ή ένα εικονογράφημα για την υποβολή ενός αιτήματος. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται διαφορετικές εικόνες για να διδαχθεί ο τρόπος διάκρισης των διαφορετικών εικόνων και εισάγονται επίσης κινήσεις για την υποβολή των αιτημάτων.

Προτείνουμε να ξεκινήσετε με ένα σύστημα χαμηλής τεχνολογίας και να συνεχίσετε να το χρησιμοποιείτε έως ότου ο χρήστης κατακτήσει τουλάχιστον τα επίπεδα I, II και III των προγραμμάτων PECS (λειτουργική χρήση, αυθόρμητη χρήση, επαρκής διάκριση των συμβόλων) και στη συνέχεια να αξιολογήσετε τη χρήση ενός συστήματος επικοινωνίας/διάδρασης υψηλής τεχνολογίας.

### 2.3 Συστήματα επικοινωνίας/διάδρασης υψηλής τεχνολογίας

Τα συστήματα επικοινωνίας/διάδρασης υψηλής τεχνολογίας αποτελούν ειδικές εφαρμογές για μη αποκλειστικές συσκευές (γενικού σκοπού), όπως smartphones και tablets με λογισμικό iOS, Android και Windows. Λαμβάνοντας υπόψη το σημερινό τεχνολογικό πλαίσιο, τα συστήματα αυτό του είδους αναδεικνύονται ως μια πολύτιμη και ιδιαίτερα απαιτητική εναλλακτική λύση για τη διευκόλυνση της επικοινωνίας των ατόμων με νοητική αναπηρία και δυσκολίες επικοινωνίας και γλώσσας.

Μερικές από τις εφαρμογές αυτές είναι η [Proloquo2go](#), η [Eneso Verbo](#), και η [TD Snap Core First](#). Όλες βασίζονται στη χρήση εικονογραμμάτων ως βάση για την καθημερινή επικοινωνία και την ανάπτυξη γλωσσικών δεξιοτήτων σε ορισμένες περιπτώσεις. Μέσω αυτών των εφαρμογών είναι δυνατή η σύνταξη ακόμη και πολύπλοκων προτάσεων, οι οποίες θα εκφωνούνται αυτόματα από τη συσκευή αντί του ατόμου, διευκολύνοντας την κοινωνική αλληλεπίδραση. Το επίπεδο επικοινωνίας μπορεί να προσαρμοστεί ανάλογα με την ηλικία. Το πλεονέκτημα αυτών των εργαλείων είναι ότι είναι κατανοητά ακόμη και από όσους δεν έχουν εμπειρία, μεταφέρονται εύκολα και μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε διαφορετικά πλαίσια.

Όταν σκεφτόμαστε να χρησιμοποιήσουμε ένα σύστημα επικοινωνίας/διάδρασης μέσω εικονογραμμάτων, μπορεί να έχουμε αμφιβολίες σχετικά με το ποιο μοντέλο θα πρέπει να χρησιμοποιήσουμε, χαμηλής ή υψηλής τεχνολογίας. Η τελική απόφαση μπορεί να επηρεαστεί από διάφορους παράγοντες, όπως η τιμή, η ανθεκτικότητα ή η προηγούμενη χρήση αυτού του τύπου στήριξης.





Εικόνα 3. Στιγμιότυπο αρχικής οθόνης της εφαρμογής TD Snap Core First

Ακολουθούν κάποιες συμβουλές που πιστεύουμε ότι θα είναι χρήσιμες στην επικοινωνία με άτομα με ΔΑΦ με γλωσσικά ελλείμματα:



**Ρωτήστε την οικογένεια ποια προσέγγιση ή ποιο μοντέλο επικοινωνίας είναι καλύτερο**

**Ζητήστε πληροφορίες από τους επαγγελματίες που υποστηρίζουν το παιδί ή αν είναι απαραίτητο, κάποια εκπαίδευση**

**Πάντα να επικοινωνείτε χρησιμοποιώντας το δικό τους τρόπο επικοινωνίας**

**Να είστε ευέλικτοι στην επικοινωνία σας**

**Προσπαθήστε να κατανοήσετε την οπτική τους γωνία και μη θεωρείτε τίποτα δεδομένο, τα πάντα μπορεί να είναι σημαντικά**



### 3. Άτομα με ΔΑΦ χωρίς γλωσσικό έλλειμμα

Από την άλλη πλευρά, αν μιλήσουμε για άτομα με ΔΑΦ χωρίς έλλειμμα προφορικού λόγου, σίγουρα θα βρούμε δυσκολίες πολύ διαφορετικές από εκείνες των ατόμων που το έχουν.

Πρώτα απ' όλα, είναι σημαντικό να λάβουμε υπόψη ότι πρόκειται για άτομα που δυσκολεύονται να πάρουν τη πρωτοβουλία για διάδραση, να διατηρήσουν ή να τερματίσουν συνομιλίες, να κατανοήσουν το νόημα της επικοινωνίας σε κοινωνικό επίπεδο, να κατανοήσουν τα αστεία, τον σαρκασμό, τη μεταφορική γλώσσα και τα διπλά νοήματα, να συμπεράνουν υπονοούμενα στη γλώσσα ή να χρησιμοποιήσουν και να κατανοήσουν τη μη λεκτική γλώσσα.



Μερικές φορές θα δούμε επανάληψη φράσεων, φράσεις μη σχετιζόμενες με το πλαίσιο ή παράξενη λεκτικές εκφράσεις όσον αφορά τον τόνο, την ταχύτητα ή την ένταση. Αυτά τα ζητήματα είναι αρκετά συχνά στα άτομα με ΔΑΦ. Όπως ακριβώς επισημίσαμε στην προηγούμενη ενότητα, παρακαλείστε να αντλήσετε πληροφορίες από την οικογένεια και άλλους επαγγελματίες που θα σας βοηθήσουν και θα σας δώσουν κάποιες συμβουλές για να επικοινωνήσετε και να αλληλεπιδράσετε με το συγκεκριμένο άτομο. Οι άνθρωποι αυτοί αποτελούν μέρος της ομάδας υποστήριξής του και θα έχουν εκτεταμένες γνώσεις γι' αυτόν/αυτήν.

Ακολουθούν μερικές συμβουλές που θα σας δώσουμε για την επικοινωνία με άτομα με ΔΑΦ χωρίς γλωσσικά ελλείμματα:



**Μιλήστε ήρεμα, να ελέγχετε τον τόνο της φωνής σας, ανακεφαλιώστε όσα είπατε, να έχετε υπομονή**

**Δώστε προσοχή σε λεκτικά ή σωματικά σημάδια κατά την συζήτηση και μην θεωρείτε αυτονόητα τα έμμεσα ή σιωπηλά γλωσσικά συμπεράσματα**

**Προσπαθήστε να αποφύγετε τη μεταφορική και συμβολική γλώσσα, τα αστεία και τον σαρκασμό. Το άτομο στο οποίο απευθύνεστε μπορεί να είναι σε θέση να καταλάβει ένα αστείο. Βεβαιωθείτε ότι αυτό ισχύει πριν το κάνετε**

**Προσπαθήστε να προσαρμόσετε τη γλώσσα σας στο συγκεκριμένο πλαίσιο και χρησιμοποιήστε σύντομες, άμεσες και συγκεκριμένες εκφράσεις**

**Μην τα πιέζετε με πολλές ερωτήσεις. Δώστε τους χρόνο να απαντήσουν και αν χρειαστεί, επαναλάβετε την ερώτηση**





Συνοψίζοντας, θα θέλαμε να σας δώσουμε μερικές τελικές συμβουλές που ελπίζουμε να σας φανούν χρήσιμες στην επικοινωνία με τα άτομα με ΔΑΦ:

**Προσπαθήστε να τους τραβήξετε την προσοχή κατά την διάρκεια της επικοινωνίας**

**Να είστε ψύχραιμοι, χρησιμοποιήστε ήπιο τόνο φωνής και προσαρμοστείτε στις δυνατότητες και τις ικανότητές τους**

**Η γλώσσα που χρησιμοποιείτε και το πλαίσιο πρέπει να είναι προβλέψιμα**

**Μην βασίζετε την επικοινωνία σας μόνο σε αιτήματα. Επικοινωνία σημαίνει ανταλλαγή πληροφοριών, αφήστε το άτομο να εκφράσει τις επιθυμίες και τις προθέσεις του**

**Μην επιβάλλετε την οπτική επαφή**





## Κεφάλαιο 3 – Δημιουργία ενός ασφαλούς περιβάλλοντος & Οργανωτικές δομές | Χωρίς αποκλεισμούς

### Εισαγωγή

Στο υλικό που ακολουθεί, όλες οι προτάσεις θα επικεντρωθούν στη δημιουργία ενός ασφαλούς και συμπεριληπτικού περιβάλλοντος στην οργανωτική δομή για τα άτομα με ΔΑΦ. Οι υποδείξεις που παρέχονται μπορεί επίσης να είναι χρήσιμες γενικότερα, καθώς δεν είναι σημαντικό μόνο για το νεαρό άτομο με διάγνωση ΔΑΦ να αισθάνεται άνετα και να συμπεριλαμβάνεται, αλλά για όλους.

Το πώς να οικοδομήσουμε ένα περιβάλλον φιλικό προς τις ανάγκες των ατόμων με ΔΑΦ είναι ένα ερώτημα που όλο και περισσότερα άτομα θέτουν στον εαυτό τους τα τελευταία χρόνια. Είναι προφανές ότι τα άτομα με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ) μπορεί να βλέπουν τον κόσμο με αρκετά διαφορετικό τρόπο από τους άλλους. Αυτό μπορεί να είναι τόσο ενδυναμωτικό όσο και γεμάτο προκλήσεις. Πρέπει να εργαστείτε για να μειώσετε τις αρνητικές επιπτώσεις των αισθητηριακών διαφορών και να αυξήσετε τα καλά οφέλη, δημιουργώντας παράλληλα ένα περιβάλλον που είναι φιλόξενο για τα άτομα με αυτισμό (Creators of Autism Dialogue, 2019). Η ποιότητα ζωής των ατόμων με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος μπορεί να βελτιωθεί με τη δημιουργία μιας υποστηρικτικής ατμόσφαιρας.

Κάθε άτομο που βρίσκεται στο φάσμα του αυτισμού έχει μια μοναδική αισθητηριακή εμπειρία του περιβάλλοντος. Μπορεί να είναι δύσκολο να προσεγγιστεί η διαφορετικότητα, ιδίως η αναπηρία, μέσα σε ένα ενταξιακό πλαίσιο.

## 1. Οργανωτικές δομές | Χωρίς αποκλεισμούς

Ένα βασικό χαρακτηριστικό των ατόμων με ΔΑΦ που πρέπει να λαμβάνεται υπόψη όταν σκεφτόμαστε ένα περιβάλλον είναι η αισθητηριακή ευαισθησία. Μπορούμε να ταξινομήσουμε τις δυσκολίες αισθητηριακής ρύθμισης που συναντάμε στα άτομα με ΔΑΦ (Miller et al., 2007) ως εξής:

- Υπέρ-ευαισθησία: μια υπερβολική, αρνητική ή αποφευκτική συμπεριφορική αντίδραση ξαφνικής εμφάνισης και/ή παρατεταμένης διάρκειας σε αισθητηριακά ερεθίσματα όπως θόρυβοι, φώτα και οσμές στο περιβάλλον.
- Υπό-ευαισθησία: έλλειψη ή μειωμένη ανταπόκριση σε αισθητηριακά ερεθίσματα όπως ο πόνος (συχνά πεσίματα, κοψίματα κ.λπ.), η θερμοκρασία (εγκαύματα, καψίματα) και η γεύση (μειωμένη ικανότητα γεύσης).
- Καταναγκαστική αισθητηριακή αναζήτηση/έντονη επιθυμία και ασυνήθιστο, καθλωτικό και υπερβολικό ενδιαφέρον για μια συγκεκριμένη αισθητηριακή εμπειρία που είναι αφύσικη σε ένταση ή διάρκεια (συγκεκριμένα φώτα, κινήσεις, μυρωδιές και ψηλαφητές υφές).

Αυτή η ευαισθησία μπορεί να διαφέρει από άτομο σε άτομο ως προς τη σοβαρότητα και τη συχνότητα και μπορεί να υπάρχει ακόμη και σε μικρό βαθμό.

Για να μπορέσουμε να επιλέξουμε προσαρμογές που θα είναι επωφελείς για τα άτομα με ΔΑΦ, θα πρέπει να εξετάσουμε διάφορους παράγοντες πριν ξεκινήσουμε την αναδιαμόρφωση ενός χώρου ή τον σχεδιασμό ενός κατασκευαστικού έργου. Οι κυριότεροι από αυτούς είναι: οι αισθητηριακές περιοχές (οπτική και ακουστική αίσθηση), ποιος θα χρησιμοποιεί τον χώρο και για ποιο σκοπό θα χρησιμοποιείται ο χώρος.

## 1.1 Αισθητηριακές περιοχές

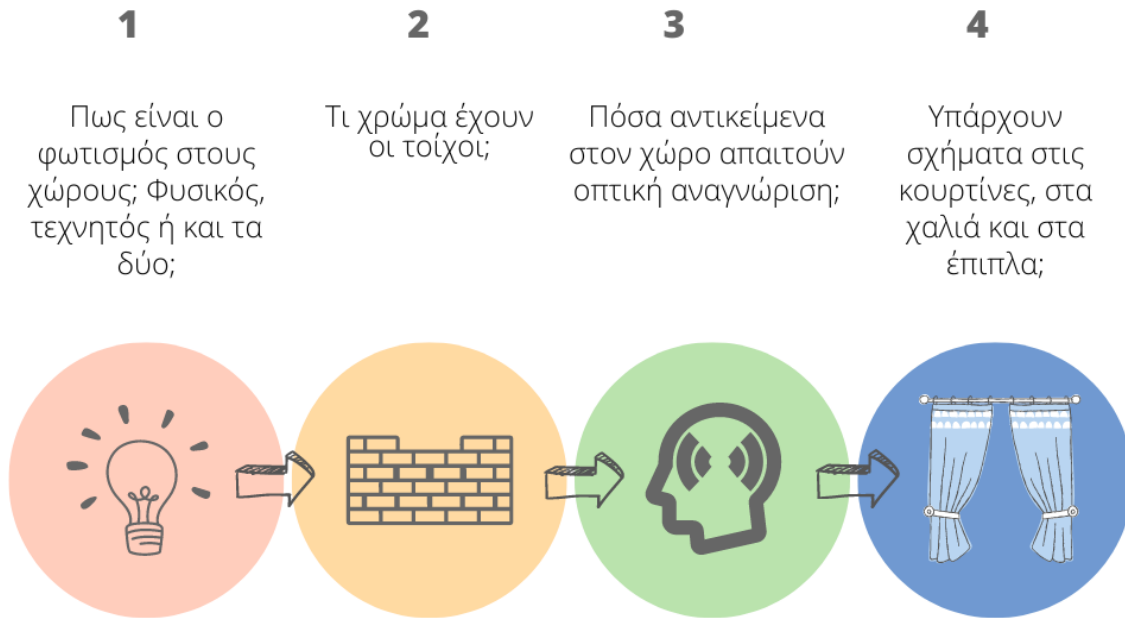
Όταν σχεδιάζουμε ένα χώρο κατάλληλο για άτομα με ΔΑΦ, πρέπει να λαμβάνουμε υπόψη μας διάφορες αισθητηριακές πτυχές. Ακολουθεί ένας κατάλογος με τις κυριότερες από αυτές:

1. Οπτική αίσθηση (όραση)
2. Ακουστική αίσθηση (ακοή)
3. Αίσθηση αφής και πίεσης
4. Οσφρητική αίσθηση (οσμή)
5. Αίσθηση της γεύσης
6. Αιθουσαία αίσθηση (ισορροπία)
7. Ιδιοδεκτικότητα (χώρος)

Δεδομένου ότι η αίσθηση της όρασης και της ακοής είναι οι αισθήσεις με τον μεγαλύτερο αντίκτυπο στις δραστηριότητες και τη διαμόρφωση του περιβάλλοντος ενός οργανισμού, θα τις αναλύσουμε λεπτομερέστερα παρακάτω και θα παράσχουμε ορισμένες συστάσεις.

## Οπτική αίσθηση

Ακολουθούν ορισμένες ερωτήσεις που σχετίζονται με την οπτική αίσθηση που πρέπει να θέτουμε στον εαυτό μας όταν σχεδιάζουμε έναν χώρο:



:

Ο φωτισμός παίζει μεγάλο ρόλο στις αισθητηριακές εμπειρίες πολλών ατόμων με ΔΑΦ. Σε γενικές γραμμές, τα πολύ έντονα φώτα (ιδίως τα φώτα γραφείου) ή οι κινούμενες πηγές φωτός έχουν σχεδόν πάντα αρνητική επίδραση σε ένα άτομο με ΔΑΦ. Άλλοι παράγοντες σχετικά με τα φώτα που πρέπει να λάβετε υπόψη: φωτισμός φθορισμού ή σκληρός φωτισμός και ανακλαστικές επιφάνειες. Μια προτεινόμενη λύση θα μπορούσε να είναι η αποφυγή αυτών των τύπων φωτισμού ή/και η χρήση λαμπτήρων με δυνατότητα ρύθμισης του φωτός ως προς την ένταση ή/και το χρώμα.



Η έμφαση στο χρώμα είναι επίσης απαραίτητη. Διαφορετικά χρώματα έχουν διαφορετικές επιδράσεις πάνω μας (Creators of Autism Dialogue, 2019). Σκεφτείτε τον χώρο που σχεδιάζετε - προσπαθείτε να δημιουργήσετε ένα διεγερτικό ή χαλαρωτικό περιβάλλον;

Θα πρέπει επίσης να ληφθεί υπόψη ο βαθμός μαξιμαλισμού ή μινιμαλισμού στους χώρους. Πολλά άτομα στο φάσμα του αυτισμού είναι ιδιαίτερα παρατηρητικά και μπορεί να υπερφορτωθούν όταν υπάρχουν πάρα πολλές οπτικές πληροφορίες. Άλλα άτομα στο φάσμα του αυτισμού χρειάζονται περισσότερα ερεθίσματα από εικόνες. Επιπλέον, το να υπάρχει μεγάλος σε έκταση ελεύθερος χώρος προς οποιαδήποτε κατεύθυνση θα μπορούσε να τα αγχώσει. Ενδέχεται να είναι χρήσιμο να σχεδιάζονται χώροι με έπιπλα και εξοπλισμό που μπορούν να μετακινούνται ανάλογα με την εκάστοτε δραστηριότητα ή την ιδιαίτερη ευαισθησία του συγκεκριμένου ατόμου.

Τα υφάσματα με μοτίβα μπορεί να προκαλέσουν ιδιαίτερο άγχος σε ορισμένα άτομα στο αυτιστικό φάσμα. Τα μοτίβα μπορεί να αποσπούν την προσοχή τους και να προκαλούν την ψυχική εξουθένωση ή ακόμη και οπτικές διαστρεβλώσεις (Creators of Autism Dialogue, 2019).

### *Ακουστική αίσθηση*

Μια επιπλέον αίσθηση που πρέπει να λάβετε υπόψη σας όταν σκέφτεστε πώς να δημιουργήσετε ένα συμπεριληπτικό περιβάλλον είναι η ακοή. Τα άτομα με ΔΑΦ μπορεί να είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα σε ορισμένους συγκεκριμένους θορύβους (π.χ. στο τικ-τακ των επιτοίχιων ρολογιών, στο κουδούνισμα των τηλεφώνων, στους ήχους του εκτυπωτή εν λειτουργία) ή στην ένταση αυτών των θορύβων. Στην πραγματικότητα, αν αυτοί οι ήχοι/θόρυβοι είναι πολύ δυνατοί ή ξαφνικοί μπορεί να προκαλέσουν εκνευρισμό στα άτομα που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού. Δώστε προσοχή σε ενδεχόμενους θορύβους του περιβάλλοντος, όπως θόρυβοι που έρχονται από το δρόμο, εργασίες σε κτίρια ή κήπους. Επιπλέον, παρατηρήστε αν ένα άτομο δείχνει κάποιο άλλο ή αν χρησιμοποιεί κυρίαρχη φωνή (ειδικά αν μιλάει πάνω από τα άλλα άτομα ή για πολλή ώρα), αυτό μπορεί να προκαλέσει αισθητηριακή υπερφόρτωση ενός ατόμου που βρίσκεται στο φάσμα του αυτισμού (Creators of Autism Dialogue, 2019).



Τι μπορείτε να κάνετε σε μια τέτοια περίπτωση; Μια προτεινόμενη λύση θα ήταν να θέσετε τους ενδεχόμενους θορύβους του περιβάλλοντος όσο το περισσότερο δυνατόν σε χαμηλότερο επίπεδο και να έχετε πρόχειρα ακουστικά κλειστού τύπου με ακύρωση θορύβου (noise cancelling) σε περίπτωση που δεν υπάρχει δυνατότητα ελέγχου των διάφορων θορύβων. Επιπλέον, θα ήταν ίσως χρήσιμο να σκεφτείτε έναν επιπλέον χώρο που να μπορεί να είναι πιο απομονωμένος από τους εξωτερικούς θορύβους από εκεί που βρίσκεστε συνήθως, έτσι ώστε να μπορούν τα άτομα να επιλέξουν ποιο χώρο προτιμούν ανάλογα με αυτό που χρειάζονται περισσότερο εκείνη τη στιγμή.



**Essential Information to Know When Creating an Autism-Friendly ENVIRONMENT**

- 01 People on the autism spectrum **experience life very differently** from others.
- 02 An autism-friendly environment should **reduce the negative effects and enhance the positivity of sensory differences**.
- 03 **People with autism can be hypersensitive or hyposensitive**, requiring more or less stimulus at times.
- 04 **Fluorescent lighting can be distracting** and debilitating for some autistic people.
- 05 Darkness is **essential** for treating sleep problems.
- 06 Different colors have different effects on people with autism. **Green is restful, light blue aids concentration, yellow and red are stimulating.**
- 07 **Clutter can cause overstimulation** for some people with autism.
- 08 **Patterned fabrics can be distressing and overwhelming** to some people living with autism.
- 09 Autistic people can hear sounds many decibels above those others can hear. **Sound intensive can be deafening.**
- 10 Some autistic people **find touch distressing** unless they are in control of it.
- 11 Some hyposensitive people **need additional stimulation** to feel.
- 12 **Smells can cause extreme nausea** in some autistic people.
- 13 **Distaste** for a particular food can be caused by the texture or appearance of the food, rather than the taste.
- 14 Some autistic people rock, balance, and swing to help gain a sense of self. **Too much space can cause anxiety and disorientation.**
- 15 Many autistic people **need space around them** and cannot handle clutter and crowds, including narrow corridors and passageways.
- 16 **Ask yourself** if the space will be used by individuals or groups, and is the space transitional?
- 17 Pay attention to all seven senses: **hearing, sight, taste, smell, proprioceptive, touch, and vestibular.**

LIVING autism

## 1.2 Για ποια άτομα προορίζεται ο χώρος;

Αυτή η ερώτηση μπορεί να φαίνεται αυτονόητη- ωστόσο, είναι σημαντικό να σκεφτείτε καλά την απάντηση. Το περιβάλλον μπορεί να χρειαστεί να είναι διαφορετικό αν πρόκειται για παιδιά ή για ενήλικες. Μπορεί επίσης να χρειαστεί να εξετάσετε αν το ίδιο περιβάλλον θα χρησιμοποιηθεί από άτομα που μπορεί να έχουν αισθητηριακές διαφορές ή από μια ομάδα ατόμων με πολύ διαφορετικές αισθητηριακές ανάγκες. Εάν υπάρχει κίνδυνος αισθητηριακής υπερφόρτωσης, υπάρχει κάποιος άλλος χώρος όπου μπορεί το άτομο να βρει καταφύγιο ώστε να αποφευχθεί η υπερφόρτωση;

### 1.3 Ποιοι είναι ο σκοπός του χώρου;

Ορισμένοι χώροι χρησιμοποιούνται για μεγάλες ομάδες ατόμων, όπως σχολικές αίθουσες ή γραφεία ανοιχτού τύπου. Άλλοι χώροι προορίζονται για μεμονωμένη χρήση ή για μικρές ομάδες. Κάποιοι άλλοι χώροι προορίζονται για μεταβατικές διαδρομές, π.χ. διάδρομοι ή ανελκυστήρες.

Οι χώροι μετάβασης μπορεί να είναι περίπλοκοι για τα άτομα στο φάσμα του αυτισμού, επειδή μπορεί μερικές φορές να είναι δύσκολο να μεταβούν από τον ένα χώρο στον άλλο ή από τη μια δραστηριότητα στην άλλη.

Επομένως, θα πρέπει να ληφθεί υπόψη ο τρόπος με τον οποίο οι μεταβατικοί χώροι θα είναι ευκολότερα διαχειρίσιμοι. Ορισμένες ερωτήσεις που μπορείτε να θέσετε είναι οι εξής:

- Μπορεί να υπάρχει φυσική ροή μετάβασης από τον ένα χώρο στον άλλο χωρίς τη χρήση ενός στενού διαδρόμου; Υπάρχουν λιγότερο κλειστοφοβικοί τρόποι από τη χρήση ανελκυστήρα για να μετακινηθείτε στο κτίριο;
- Εάν οι χώροι που χρησιμοποιούνται προορίζονται για μεγάλο αριθμό ατόμων, υπάρχουν διαθέσιμοι μικρότεροι χώροι για υποχώρηση εάν αυτό είναι απαραίτητο;
- Εάν οι χώροι είναι μικροί και περιορισμένοι, υπάρχει η δυνατότητα να μεταβείτε εύκολα σε έναν πιο ανοιχτό χώρο;
- Μπορείτε να δημιουργήσετε έναν χάρτη των σημείων στα οποία τα άτομα στο φάσμα του αυτισμού φαίνεται να αγχώνονται περισσότερο; Υπάρχουν εναλλακτικές διαδρομές;

Ένα τελευταίο ερώτημα που θα μπορούσαμε να θέσουμε στον εαυτό μας, όταν δημιουργούμε ένα φιλικό προς τον αυτισμό περιβάλλον, είναι "τι μπορεί να οπτικοποιηθεί εύκολα" ώστε να μην υπερ-εξηγηθεί. Μια πολύ καλή συμβουλή γι' αυτό είναι να δημιουργήσετε εικόνες για την πόρτα κάθε δωματίου, τα συρτάρια, τις ντουλάπες κ.λπ. Για παράδειγμα, αντί να γράψετε "WC" και "Τουαλέτα" μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την εικόνα μιας τουαλέτας. Αντί να γράψετε "Δωμάτιο δασκάλων" ή "Είσοδος", μπορείτε να

το οπτικοποιήσετε με μια εικόνα αντ' αυτού. Η ίδια διαδικασία μπορεί να εφαρμοστεί και στα πράγματα για να υποδείξετε πού θα τα βρείτε.

## 2. Ασφαλείς χώροι – πραγματικοί και νοητοί

### 2.1 Τι είναι ένας ασφαλής χώρος;

Ένας ασφαλής χώρος, είναι ένα μέρος (είτε πραγματικό είτε νοητό) όπου το άτομο νιώθει άνετα, ότι το ακούνε, ότι μπορεί να εκφράσει τον εαυτό του ελεύθερα (ή ότι μπορεί να επιλέξει να μην εκφραστεί αν είναι αυτό που επιθυμεί) και να νιώθει ότι η παρουσία του είναι τόσο σημαντική όσο και των άλλων ατόμων. Είναι σημαντικό να αισθάνεται κανείς/-μία έτσι, ώστε να εξελιχθεί και να ανθίσει.

Αυτό το κεφάλαιο εστιάζει στην προσπάθεια. Στην ενότητα αυτή δίνεται έμφαση στην παροχή της δυνατότητας στους φορείς να δημιουργήσουν και να διευκολύνουν αυτού του είδους το περιβάλλον, έτσι ώστε τα άτομα που βρίσκονται σε αυτό, π.χ. οι νέοι/-ες με ΔΑΦ, να μπορούν να συμμετέχουν με επωφελή προς τους ίδιους/-ες τρόπο

#### 2.1.1 Ασφαλής πραγματικός χώρος

Τα άτομα με ΔΑΦ έχουν εξίσου ποικίλες ανάγκες με όλους τους/τις άλλους/-ες. Ως εκ τούτου, δεν υπάρχει μία συγκεκριμένη λύση στο εγχείρημα της δημιουργίας ενός ασφαλούς χώρου, αλλά μπορούν να υπάρξουν ορισμένες ενέργειες που θα επιτρέψουν στους περισσότερους ανθρώπους να συμμετάσχουν στη δημιουργία αυτού του χώρου. Ένα από τα πράγματα που είναι σημαντικά, είναι να έχει κανείς επίγνωση της δικής του κατάστασης/της διάθεσης/των δυνατοτήτων/των πόρων του και των άλλων ατόμων για τη συγκεκριμένη ημέρα. Δεν έχουν όλοι/-ες τους ίδιους τρόπους να το εκφράσουν αυτό με λόγια ή πράξεις, γι' αυτό και ο "Πίνακας Καλωσορίσματος" είναι χρήσιμος.

#### Ο Πίνακας Καλωσορίσματος

Σκοπός αυτού του πίνακα είναι να καλωσορίζει το κάθε άτομο στον χώρο του φορέα καθημερινά και να τους δίνει την ευκαιρία να δουν ποιος είναι εκεί και πώς αισθάνεται εκείνη την ημέρα. Αυτό δίνει σε όλους μια γενική εικόνα και αν ένα άτομο έχει χαμηλή ενέργεια, οι υπόλοιποι/-ες θα το γνωρίζουν, ώστε να μην του προκαλέσουν αισθητηριακή

υπερφόρτωση άθελά τους. Ο πίνακας φέρει επάνω του μια φράση καλωσορίσματος και μια ερώτηση όπως το "Πώς είσαι σήμερα;", όπως ακριβώς θα ρωτούσε οποιοσδήποτε/οποιαδήποτε κατά την είσοδό του/της. Ο/η καθένας/-μία έχει το πρόσωπό του σε ένα αυτοκόλλητο/φωτογραφία στον πίνακα, το οποίο θα τοποθετεί στη σειρά των ατόμων που είναι παρόντα στον χώρο του φορέα την εκάστοτε σήμερα.

Στη συνέχεια, ανάλογα με τις δυνατότητες της ομάδας-στόχου, το κάθε άτομο πρέπει να επιλέξει τρία στοιχεία που περιγράφουν τη διάθεσή του εκείνη την ημέρα. Αν η ομάδα-στόχος έχει τη δυνατότητα, θα υπάρχουν κάρτες με λέξεις όπως "χαρούμενος/-η", "λυπημένος/-η", "κουρασμένος/-η", "χαμογελαστός/-η" κ.λπ. Αν ταιριάζει καλύτερα στην ομάδα-στόχο, οι ερωτήσεις θα μπορούσαν να είναι: "Ποια είναι η πρόγνωση του καιρού σας;" και στη συνέχεια θα μπορούσαν να επιλέξουν εικόνες/φωτογραφίες/αυτοκόλλητα με τις λέξεις "βροχή", "ήλιος", και "συννεφιά" και να τις τοποθετήσουν δίπλα στη φωτογραφία του προσώπου τους, για να δείξουν πώς αισθάνεται ο εσωτερικός τους εαυτός. Μια άλλη εναλλακτική λύση είναι να χρησιμοποιήσετε εικόνες που εκφράζουν συναισθήματα ή καιρικές συνθήκες αντί για λέξεις.

Αυτό δίνει σε όλους/-ες τη δυνατότητα να φροντίσουν τους/τις φίλους/-ες και τους/τις συναδέλφους/-ες τους, αν δουν ότι αισθάνονται σαν μια βροχερή ημέρα ή "βροχή" θα ξέρουν ότι αυτό το άτομο σήμερα δεν είναι στην καλύτερη διάθεσή του, οπότε μπορούν να το βοηθήσουν και να μην περιμένουν πολλά από αυτό. Αν δουν ότι ένα άτομο έχει επιλέξει τις λέξεις "αστείο", τότε οι άλλοι μπορούν να δουν τον πίνακα και να ξέρουν ότι αυτό το άτομο είναι έτοιμο για ένα παιχνίδι ή μια αστεία συζήτηση. Αυτός είναι ένας τρόπος για να δημιουργηθεί εύκολα ένας χώρος, όπου ο καθένας είναι ορατός και ακούγεται με τον τρόπο που του ταιριάζει, και καθώς τα άτομα με ΔΑΦ έχουν συχνά μία εύκολα πυροδοτούμενη αντιδραστική συμπεριφορά, αυτός είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να προβλεφθεί ένα επεισόδιο τέτοιας συμπεριφοράς.

### *2.1.2 Ασφαλής νοητός χώρος*

τους και το άτομο καλύτερα. Ένας άλλος σημαντικός παράγοντας είναι ότι οι άνθρωποι έχουν ένα σύνολο κανόνων και ασφαλών τρόπων αλληλεπίδρασης μεταξύ τους. Ως εκ

τούτου, μπορεί να είναι ωφέλιμο να δημιουργηθεί ένα σύνολο "τυπικών και άτυπων κανόνων" και ίσως η εύρεση ενός κατάλληλου ονόματος ή τίτλου αυτών αν είναι ασαφής ή αόριστοι.

### Τυπικοί και άτυποι κανόνες

Προκειμένου να διασφαλιστεί ένα ασφαλές και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλον, είναι σημαντικό να καθιερωθεί ένα σύνολο κανόνων, έτσι ώστε όλοι/-ες να αλληλεπιδρούν και να συμμετέχουν με τον τρόπο που τους/τις ταιριάζει. Πρόκειται κατά κάποιον τρόπο για τους βασικούς κανόνες του του οργανισμού, που θα βοηθήσουν τα άτομα να νιώσουν ότι αναγνωρίζονται οι ανάγκες τους σε διάφορα πλαίσια. Ένας πολύ καλός τρόπος για να επιτευχθεί αυτό είναι να κάνετε μια συνεδρία όπου όλοι/-ες θα μοιραστούν τυπικούς και άτυπους κανόνες που θεωρούν σημαντικούς για τους/τις ίδιους/-ες. Αυτό θα μπορούσε να είναι οτιδήποτε! Οι κανόνες θα ποικίλουν ανάλογα με τις γνωστικές ικανότητες και τις ανάγκες των ατόμων που θα χρησιμοποιούν τους κανόνες.

Μερικά παραδείγματα:

- Όλοι/-ες να βάζουν το όνομά τους και τις λέξεις/εικόνες/φωτογραφίες/κάρτες που τους αντιπροσωπεύουν εκείνη την ημέρα στον πίνακα καλοσωρίσματος με το που φτάνουν στον χώρο του φορέα.
- Πάντα ρωτάμε "Πώς είσαι σήμερα;" ή "Πώς ήταν η μέρα σου".
- Αν κάποιος/-α νιώσει ότι χρειάζεται μια παύση ή ένα διάλειμμα, μπορεί να πάει στο "ήσυχο δωμάτιο" ή στο "δωμάτιο (ανά)παύσης".
- Όλοι/-ες θα πρέπει να σέβονται τις ανάγκες και τα συναισθήματα των άλλων στη δομή.
- Όλοι/-ες θα χαιρετάνε πριν φύγουν

Όταν έχουν τεθεί οι κανόνες, μπορεί να μην ακολουθούνται από όλους/-ες αλλά παραμένει ένας τρόπος διευκόλυνσης ανοιχτού διαλόγου για κανόνες/όρια που κάποιος/-α δεν θα μπορούσε να μοιραστεί ή να βάλει ο/η ίδιος/-α. Είναι επίσης ένας τρόπος για να

διασφαλίσει ότι οι ανάγκες όλων ικανοποιούνται και όλοι/-ες αισθάνονται ασφαλείς και άνετα. Μπορεί να είναι χρήσιμο να δημιουργηθεί μία αφίσα με τους κανόνες που έχει επιλέξει η ομάδα, ώστε να είναι πάντα ορατοί κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων. Μπορείτε επίσης να συσχετίσετε μια εικόνα με κάθε κανόνα ή να προσομοιώσετε κάθε κανόνα και να τραβήξετε μια φωτογραφία τους για να την επισυνάψετε στην αφίσα. Αυτό διευκολύνει την εσωτερίκευση του κανόνα.

### Επιπλέον Υλικό

→ Παρακολουθείστε αυτό το βίντεο για το πώς να δημιουργήσετε μια συμπεριληπτική τάξη για παιδιά στο φάσμα του αυτισμού:

<https://www.youtube.com/watch?v=UM5NA2fPBvU>

→ Αυτό το άρθρο αναφέρει τα οφέλη της συμπερίληψης των μαθητών στο φάσμα του αυτισμού: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1304391.pdf>

→ Αυτό το έγγραφο περιέχει κάποιες χρήσιμες ιδέες για τη δημιουργία ενός φιλικού προς τη ΔΑΦ χώρου:

[https://education.gov.mt/en/NSSS/Documents/ASD%20friendly%20guidelines\\_printing.pdf](https://education.gov.mt/en/NSSS/Documents/ASD%20friendly%20guidelines_printing.pdf)

→ Αυτός είναι ένας χρήσιμος κατάλογος ελέγχου για τη δημιουργία φιλικών προς τη ΔΑΦ χώρων:

<https://www.southwestyorkshire.nhs.uk/wp-content/uploads/2014/10/Checklist-for-autism-friendly-environments.pdf>



## Κεφάλαιο 4 – Υποστηρίζοντας το προσωπικό σας στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που σχετίζονται με τη ΔΑΦ

### Εισαγωγή

Με την επιτάχυνση της επικράτησης της Διαταραχής Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ) έχει προκύψει η επιτακτική ανάγκη να παρέχουμε αποτελεσματικές παρεμβάσεις που στοχεύουν στην προώθηση της ένταξης των ατόμων με ΔΑΦ. Καταρχάς είναι σημαντικό να τονιστεί ότι η ένταξη αφορά την προσφορά ίδιων δραστηριοτήτων σε όλους, παρέχοντας παράλληλα στήριξη και υπηρεσίες για την αντιμετώπιση των διαφορών των ανθρώπων. Οι οργανώσεις χωρίς αποκλεισμούς προσεγγίζουν ενεργά τα άτομα με αναπηρίες και επιδιώκουν να κατανοήσουν και να εκτιμήσουν τις διαφορές τους, ενώ προωθούν την αίσθηση του ανήκειν (Autism speaks, 2018). Για να δημιουργηθούν δραστηριότητες σε καλή βάση, η δέσμευση για την επιτυχία ενός προγράμματος ένταξης πρέπει να προέλθει από την κορυφή. Το διοικητικό συμβούλιο και το προσωπικό πρέπει να αναγνωρίσουν και να υποστηρίξουν το πρόγραμμα. Η ομαδική εργασία μεταξύ του προσωπικού του προγράμματος, των μελών της οικογένειας, των υπεύθυνων φροντίδας και της ομάδας του παιδιού είναι ζωτικής σημασίας και οι γονείς πρέπει να συμμετέχουν ενεργά στον προγραμματισμό της ένταξης.

Λαμβάνοντας υπόψη ότι η ΔΑΦ αποτελείται από ένα ευρύ φάσμα κλινικών χαρακτηριστικών, θα πρέπει να εφαρμόζονται εξατομικευμένες προσεγγίσεις και παρεμβάσεις. Ωστόσο, γενικές κατευθυντήριες γραμμές και συγκεκριμένες συμβουλές θα μπορούσαν να διευκολύνουν την ένταξη των νέων με ΔΑΦ σε ομάδες συνομηλίκων και οργανισμούς (Anthony & Campbell, 2020).



Πηγή: Freepik

### 1. Τα τρία στάδια της διαδικασίας της συμπερίληψης (πριν, κατά τη διάρκεια, μετά)

Θα επικεντρωθούμε σε τρία σημαντικά βήματα για να βοηθήσουμε το προσωπικό του οργανισμού σας στη δημιουργία δραστηριοτήτων χωρίς αποκλεισμούς και στην εμπλοκή των νέων με τη Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος όσο το δυνατόν πιο αποτελεσματικά (Sridhar, Drahota, & Walsworth, 2021). Θα δοθεί λοιπόν ιδιαίτερη προσοχή σε τρεις κομβικές στιγμές: πριν οι νέοι με ΔΑΦ ενταχθούν στον οργανισμό, κατά τη διάρκεια της διαδικασίας της ένταξης και μετά την πρώτη συνάντηση. Ακολουθούν ορισμένες προτάσεις που πιστεύουμε ότι μπορεί να σας φανούν χρήσιμες:



Πριν τα νέα άτομα με ΔΑΦ ενταχθούν στον οργανισμό:



1

Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας της ένταξης:

- Υποστηρίξτε τα άτομα με ΔΑΦ να μιλούν με τους/τις συνομηλικούς τους για τα συγκεκριμένα δυνατά σημεία και τις δυσκολίες τους, στο χρόνο και με τον τρόπο που τα ίδια προτιμούν. Βεβαιωθείτε για το εάν επιθυμούν να αποκαλύψουν τη διάγνωσή τους.
- Υπάρχουν τέσσερις πτυχές διαφοροποίησης που πρέπει να εξεταστούν:

<sup>1</sup> Η κρίση με έκρηξη συναισθήματος (meltdown) στα άτομα με ΔΑΦ είναι η εμφάνιση μιας προβληματικής συμπεριφοράς που μπορεί να εκφραστούν λεκτικά ή σωματικά, εξαιτίας της αισθητηριακής υπερφόρτωσης ή της δυσκολίας να αντιμετωπίσουν έντονες συναισθηματικές καταστάσεις, νοητικής υπερδιέγερσης ή υπερκοινωνικοποίησης, καταπίεσης στερεοτυπιών και απροσδόκητων αλλαγών.



1. Κοινωνική αλληλεπίδραση/διάδραση: Η κοινωνική αλληλεπίδραση μπορεί συχνά να είναι πολύπλοκη και κουραστική για τα νεαρά άτομα με ΔΑΦ. Λάβετε υπόψη ότι χρειάζονται περισσότερο χρόνο.
2. Κοινωνική επικοινωνία: Θα πρέπει να γίνεται διάκριση μεταξύ ατόμων που έχουν τη δυνατότητα παραγωγής λόγου (verbal) και εκείνων που δεν την έχουν (non-verbal) προκειμένου να υιοθετηθεί η καταλληλότερη μέθοδος επικοινωνίας. Εξετάστε τη χρήση απεικονιστικών εργαλείων επικοινωνίας. Αξιολογήστε τους διαφορετικούς τύπους επικοινωνίας: μέσω λέξεων, ήχων, νοημάτων ή χειρονομιών.
3. Ρουτίνες και επανάληψη: Τα νεαρά άτομα με ΔΑΦ πρέπει να γνωρίζουν τι θα συμβεί/αλλάξει και πότε.
4. Αισθητηριακά ζητήματα: Λάβετε υπόψη σας ότι ορισμένοι ήχοι, μυρωδιές, ο φωτισμός και η σωματική επαφή μπορεί να προκαλέσουν δυσφορία στα άτομα με ΔΑΦ. Προτείνετε γυαλιά ηλίου ή προστατευτικά αυτιών όταν χρειάζεται.



Μετά την πρώτη συνάντηση:

Δώστε χρόνο στα νεαρά άτομα με ΔΑΦ να εκφράσουν τα συναισθήματά τους για την εμπειρία τους

Να έχετε υπομονή γιατί τους είναι πολύ δύσκολο να μιλήσουν για τα συναισθήματά τους.

## Μετά την πρώτη συνάντηση

Να είστε ευέλικτοι. Αν κάτι δεν λειτουργεί καλά, να είστε προετοιμασμένοι να δοκιμάσετε ξανά με κάτι καινούργιο.

Ρωτήστε τους τι τους άρεσε περισσότερο και τι τους έκανε να αισθανθούν άβολα, για να το έχετε υπόψη στις επόμενες συναντήσεις



## 2. Κατευθυντήριες γραμμές για συμπεριληπτικές δραστηριότητες

Προκειμένου να δημιουργηθούν και να εφαρμοστούν δραστηριότητες χωρίς αποκλεισμούς, υπάρχουν ορισμένα στοιχεία που πρέπει να ληφθούν υπόψη (Wong, et al., 2015). Μπορεί να είναι χρήσιμο να δημιουργηθεί μια καλή αρχική ατμόσφαιρα και οι δραστηριότητες για να σπάσει ο πάγος είναι αποτελεσματικές για το σκοπό αυτό. Στη συνέχεια, θα είναι απαραίτητο να φροντίσουμε για τη δημιουργία ομάδων, οι οποίες θα είναι μικτές με τους νέους με ΔΑΦ και με νευροτυικούς νέους, οργάνωση του χρονοδιαγράμματος των δραστηριοτήτων και μεταβάσεις μεταξύ των δραστηριοτήτων. Στη συνέχεια, να θέσετε στόχους, να σκεφτείτε τις πιο χρήσιμες στρατηγικές επικοινωνίας ανάλογα με το πλαίσιο, να προετοιμάσετε την ομάδα των συνομηλίκων και τέλος να εμπλέξετε την οικογένεια στα στάδια του σχεδιασμού.



### Δραστηριότητες για να σπάσει ο πάγος (Icebreakers)

Οι δραστηριότητες πριν από την κύρια συνεδρία βοηθούν τα μέλη της ομάδας να χαλαρώσουν και να γνωριστούν μεταξύ τους. Για φιλικές προς τον αυτισμό δραστηριότητες για το σπάσιμο του πάγου:

- Αποφύγετε τις δραστηριότητες που περιλαμβάνουν σωματική επαφή,
- Προτιμήστε μη λεκτικά παιχνίδια διαλογής, συμπεριλαμβάνοντας όλα τα μέλη της ομάδας, αλλά εξετάζοντας πάντα τρόπους διευκόλυνσης της επικοινωνίας με βάση τη χρησιμοποιούμενη μέθοδο,



- Επιλέξτε δραστηριότητες κατάλληλες για τη συγκεκριμένη ηλικιακή ομάδα - οι νέοι/-ες με ΔΑΦ δεν είναι παιδιά.

### Δημιουργία των βασικών δραστηριοτήτων και των ομάδων

Οι βασικές δραστηριότητες θα είναι εκείνες που περιλαμβάνουν την πραγματική συμμετοχή της νεολαίας με ΔΑΦ. Υπάρχουν πολλές δραστηριότητες που μπορεί να είναι κατάλληλες, το σημαντικό είναι να υπάρχουν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά. Παρακάτω σας δίνουμε κάποιες συμβουλές. Επίσης, λάβετε υπόψη να παρέχετε εναλλακτικές λύσεις, λαμβάνοντας υπόψη τις ατομικές ανάγκες των νέων με ΔΑΦ. Προκειμένου να προσφέρετε υπηρεσίες βάσει των δυνατοτήτων και των δυσκολιών των νέων, σας προτείνουμε τα εξής:

- Δημιουργήστε ομάδες, αποφεύγοντας να ομαδοποιείτε πολλά άτομα μαζί (3-5 άτομα είναι εντάξει) και εξισορροπήστε τις ομάδες ανάλογα με την ηλικία και τις ικανότητες,
- Συμπεριλάβετε τόσο άτομα με ΔΑΦ όσο και νευροτυπικά άτομα στις ομάδες,
- Προτιμήστε δραστηριότητες με σαφείς στόχους και δομή,
- Να είστε ευέλικτοι και να διεξάγετε διαφορετικές δραστηριότητες παράλληλα, δίνοντας στα άτομα με ΔΑΦ την ευκαιρία να επιλέξουν τη δραστηριότητα στην οποία θέλουν να συμμετέχουν,
- Διατηρήστε τη δυνατότητα πραγματοποίησης διαφορετικών δραστηριοτήτων από την υπόλοιπη ομάδα, σε περίπτωση ανάγκης ατομικής υποστήριξης.

### Μεταβατικές δραστηριότητες

Παρέχετε υποστήριξη στα νεαρά άτομα με ΔΑΦ κατά την ένταξη και την αποχώρησή τους από μία ομάδα. Τα άτομα με ΔΑΦ συνήθως χρειάζονται ρουτίνα και δομή. Οποιοσδήποτε αλλαγές θα πρέπει να εξηγούνται εκ των προτέρων, προκειμένου να αποφεύγεται η δυσφορία και η αναστάτωση. Για την απόφευξη αυτών:



- Διοργανώστε μια συνάντηση πριν από τη συνεδρία μαζί τους για να περιγράψετε τις δραστηριότητες που θα λάβουν χώρα στη νέα ομάδα συνομηλίκων.
- Οργανώστε μια ατζέντα (με εικόνες αν είναι χρήσιμο) για να υποδείξετε τα βήματα της δραστηριότητας ή/και την αλληλουχία των δραστηριοτήτων (ποιες δραστηριότητες γίνονται σε ποια χρονική στιγμή)
- Παρουσιάστε τα πρόσωπα που εμπλέκονται σε αυτή τη διαδικασία-προγραμματίστε ένα ραντεβού με τον/την νέο/-α υπεύθυνο/-η πριν από την πρώτη επίσημη συνεδρία.
- Δώστε χρόνο στα άτομα να κάνουν ερωτήσεις και να μοιραστούν τα συναισθήματά τους σχετικά με τις επερχόμενες αλλαγές.
- Προσπαθήστε να υποδείξετε εκ των προτέρων πραγματικές φωτογραφίες των νέων χώρων και δραστηριοτήτων.
- Προσαρμόστε ένα λειτουργικό χρονοδιάγραμμα συνεδρίας με πέντε συγκεκριμένες πτυχές:
  1. Χώρος: ο χώρος όπου θα πραγματοποιηθεί η δραστηριότητα.
  2. Χρόνος: πότε θα γίνει η δραστηριότητα.
  3. Δραστηριότητα: τι πρόκειται να συμβεί, λεπτομερής περιγραφή.
  4. Εξοπλισμός: ποια εργαλεία και μέσα θα χρησιμοποιηθούν.
  5. Πρόσωπα: ποιοι θα συμμετέχουν σε αυτή τη δραστηριότητα.

## Στόχοι

Τα συγκεκριμένα οφέλη που θα μπορούσαν να αποκομίσουν τα άτομα με ΔΑΦ από κάθε δραστηριότητα θα πρέπει να προσδιορίζονται πριν από τη συνεδρία. Αναρωτηθείτε:

- Ποιες δεξιότητες θα μπορούσαν να αναπτύξουν τα νεαρά άτομα στο φάσμα ολοκληρώνοντας τη δραστηριότητα;
- Ποιες προκλήσεις θα μπορούσαν να αντιμετωπίσουν κατά τη διαδικασία αυτή;



- Πώς θα ξέρετε ότι ο στόχος έχει επιτευχθεί;
- Πώς ενισχύεται η αυτοπεποίθησή τους καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας;

Προσπαθήστε να θέσετε στόχους με τα ακόλουθα **S.M.A.R.T.** χαρακτηριστικά:

- ✓ [Specific] Συγκεκριμένοι
- ✓ [Measurable] Υπολογίσιμοι
- ✓ [Achievable] Επιτεύξιμοι
- ✓ [Relevant] Σχετικοί
- ✓ [Time-based] Χρονοπρογραμματισμένοι (προτιμάτε βραχυπρόθεσμους στόχους)

### Επικοινωνία

Τα άτομα με ΔΑΦ επικοινωνούν διαφορετικά. Προκειμένου να διευκολυνθεί η επικοινωνία, θα ήταν χρήσιμο να χρησιμοποιούνται οπτικά βοηθήματα όπως αυτοκόλλητα ή κονκάρδες και να συμφωνείται με τα άτομα η σκοπιμότητα κάθε κονκάρδας. Για παράδειγμα, μια κόκκινη κονκάρδα θα μπορούσε ενδεχομένως να σημαίνει ότι το άτομο που τη φοράει θέλει να μείνει για λίγο μόνο του, μια κίτρινη κονκάρδα θα μπορούσε να είναι το σημάδι ότι μόνο κοντινά του άτομα μπορούν να του μιλήσουν και, τέλος, μια πράσινη κονκάρδα θα μπορούσε να ερμηνευτεί ως προθυμία για αλληλεπίδραση. Συμφωνήστε με τα άτομα με ΔΑΦ σε μια συγκεκριμένη λέξη ή χειρονομία για να σας ενημερώσουν ότι χρειάζονται διάλειμμα.

### Προετοιμασία (νευροτυπικών) συνομηλίκων:

Για να υπάρξει καθολική συμπερίληψη, καθώς οι δραστηριότητες θα είναι διαθέσιμες για όλους, προτείνουμε την προετοιμασία των (νευροτυπικών) συνομηλίκων πριν την συμπερίληψη νέων με ΔΑΦ στις δραστηριότητες του οργανισμού. Ακολουθούν μερικές χρήσιμες συμβουλές:

- Ενθαρρύνετέ τους να κάνουν ερωτήσεις σχετικά με τα χαρακτηριστικά της ΔΑΦ,



- Εξηγήστε τους ότι συγκεκριμένες επαναλαμβανόμενες κινήσεις - οι κινήσεις στερεοτυπίας - αποσκοπούν στην εκτόνωση του άγχους των ατόμων με ΔΑΦ,
- Παροτρύνετέ τους να ρωτήσουν τι είναι καλύτερο να κάνουν σε περιπτώσεις κρίσης, είτε πρόκειται για έκρηξη συναισθήματος (meltdown), είτε για κατάρρευση (shutdown)<sup>2</sup>.
- Να δηλώσετε ότι το κάθε νεαρό άτομο με ΔΑΦ έχει ξεχωριστές δυνάμεις και δυσκολίες. Εξηγήστε τους ότι όταν τα νεαρά άτομα με ΔΑΦ δεν μιλούν, δεν προσπαθούν να αγνοήσουν τους συνομηλίκους τους, αλλά απλώς χρειάζονται χρόνο για να μείνουν μόνα.
- Πείτε τους ότι οι νέοι στο φάσμα έχουν πολύ εστιασμένα ενδιαφέροντα, για τα οποία τους αρέσει να μιλούν και δεν συνειδητοποιούν ότι οι άλλοι άνθρωποι μπορεί να μην ενδιαφέρονται και τόσο πολύ.
- Ενθαρρύνετε την ομάδα των συνομηλίκων να αλληλεπιδράσουν και να υποστηρίξουν τους/τις νέους/-ες με ΔΑΦ, σεβόμενοι την αξιοπρέπεια και την ατομικότητά τους<sup>2</sup>.



Πηγή: Freepik

---

<sup>2</sup> Η κρίση με κατάρρευση (shutdown) είναι μια ανασταλτική συμπεριφορική αντίδραση αποκλεισμού απέναντι σε εξωτερικά ερεθίσματα και ενδέχεται να εκδηλώνεται με την ακινησία, τη μη ανταπόκριση σε κάλεσμα, την κρυψινοία, το κρύψιμο κ.λπ. Όπως και η έκρηξη συναισθήματος (meltdown), οφείλεται σε αισθητηριακή υπερφόρτωση ή δυσκολία αντιμετώπισης έντονων συναισθηματικών καταστάσεων, σε νοητική υπερδιέγερση ή υπερκοινωνικοποίηση, σε καταστολή κινήσεων στερεοτυπίας και σε απροσδόκητες αλλαγές

## Συνεργασία με την Οικογένεια

Οι κηδεμόνες θα πρέπει να εμπλέκονται ενεργά στην διαδικασία της συμπερίληψης καθώς μπορούν να παρέχουν χρήσιμες πληροφορίες. Για τον λόγο αυτό, προτείνουμε τα εξής:

- ✓ Οργανώστε εκ των προτέρων τηλεφωνική συνδιάσκεψη με τους φροντιστές των ατόμων και συμβουλευτείτε τους να δώσουν ένα σαφές ιστορικό των ατόμων, λαμβάνοντας υπόψη τα πυροδοτικά ερεθίσματα και τα εντονότερα χαρακτηριστικά τους.
- ✓ Εκφράστε προθυμία να τους ακούσετε και να εξοικειωθείτε με τις εξατομικευμένες ιδιαιτερότητες των ατόμων.
- ✓ Προτείνετε τον προγραμματισμό της πρώτης συνάντησης των ατόμων με το προσωπικό του οργανισμού σας μερικές εβδομάδες ή μήνες νωρίτερα.
- ✓ Προτείνετε τη χρήση ενός οπτικά υποστηριζόμενου ημερολογίου που να καταδεικνύει τις δραστηριότητες, συμπεριλαμβανομένων των συνεδριών στους οργανισμούς στον τομέα της νεολαίας.
- ✓ Κανονίστε ραντεβού με τους φροντιστές των ατόμων σε συχνή και τακτική βάση για να συζητήσετε τις αναδυόμενες ανάγκες και προκλήσεις.



Πηγή: Freepik



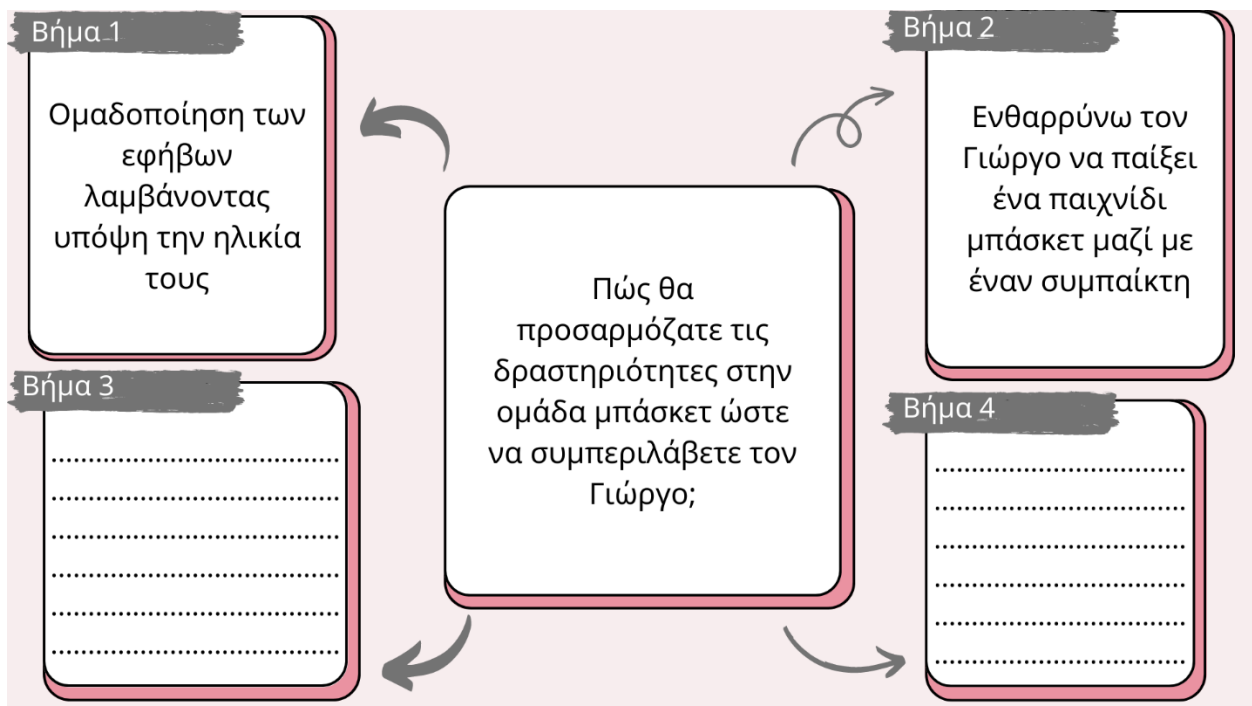
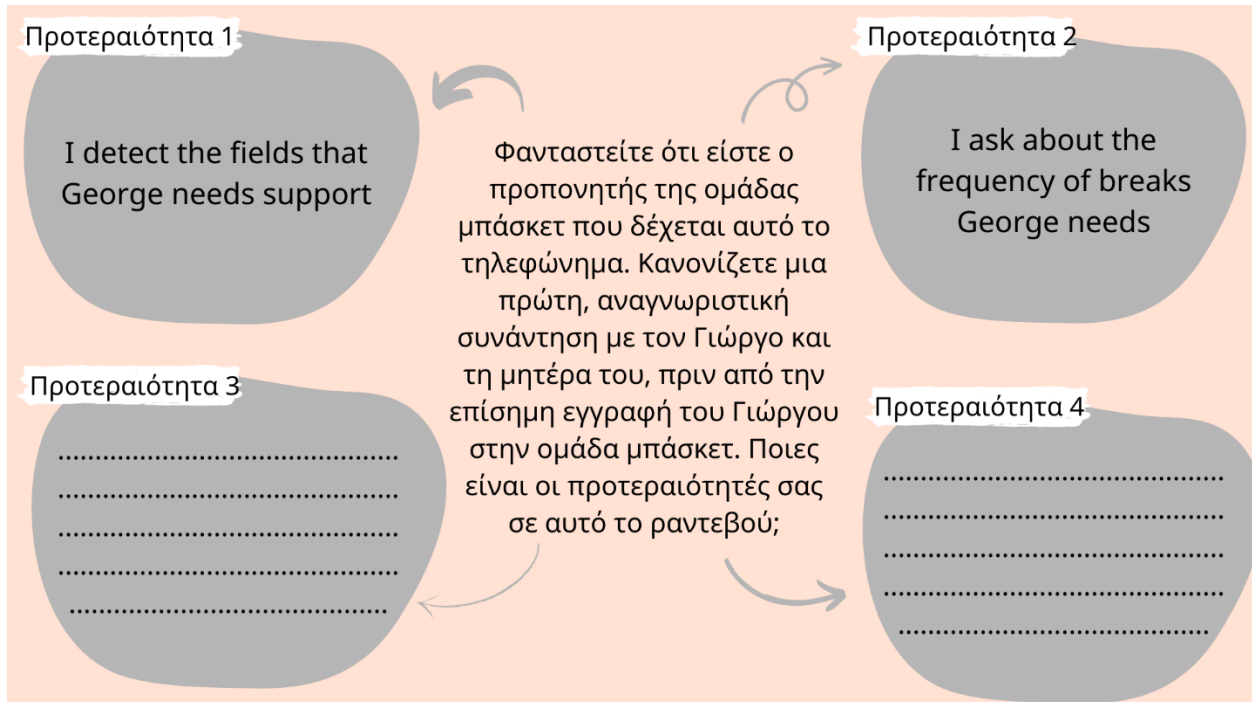
### 3. Ας σκεφτούμε...

Μετά την προετοιμασία του θεωρητικού πλαισίου και τις προτάσεις που παρουσιάσαμε μέχρι τώρα, πιστεύουμε ότι θα ήταν χρήσιμο να δοκιμάσετε τις γνώσεις σας με μια άσκηση. Προσπαθήστε να σκεφτείτε τι θα κάνατε στο σενάριο που παρουσιάζεται για την συμπερίληψη του Γιώργου στην τοπική ομάδα μπάσκετ, έχοντας πάντα υπόψιν όσα διαβάσατε έως τώρα.



*Ο Γιώργος είναι ένα αγόρι 15 ετών που διαγνώστηκε με ΔΑΦ σε ηλικία 1,5 χρονών. Ζει με τη μητέρα του σε ένα προάστιο της Αθήνας. Είναι λεκτικός αυτιστικός έφηβος και βιώνει δυσφορία όταν προκύπτουν αλλαγές στο καθιερωμένο καθημερινό του πρόγραμμα. Του αρέσει να παίζει μπάσκετ, αλλά μόνος του, ρίχνοντας την μπάλα στο καλάθι. Τους τελευταίους δύο μήνες εκφράζει την επιθυμία να αλληλεπιδράσει με άλλους εφήβους και να παίξουν μαζί μπάσκετ. Αν και έχει την ικανότητα να ακολουθεί κανόνες και οδηγίες, χρειάζεται περισσότερο χρόνο για να τις αφομοιώσει. Επιπλέον, βιώνει άγχος όταν δεν καταφέρνει να βάλει τη μπάλα στο καλάθι και προκειμένου να χαλαρώσει κινεί το κεφάλι του μπροσπίσω. Η μητέρα του αποφασίζει να επικοινωνήσει με την τοπική ομάδα μπάσκετ και να περιγράψει την κατάσταση.*





## Κεφάλαιο 5 – Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες

Αυτό που προκύπτει από τις πιο πρόσφατες έρευνες σχετικά με την ποιότητα ζωής και τη γενική ευημερία των νέων με ΔΑΦ είναι ότι η αυξημένη συμμετοχή και ενσωμάτωση στην κοινότητα έχει σημαντικά οφέλη για τους/τις νέους/-ες με ΔΑΦ και σχετίζεται στενά με τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Για να αντιμετωπιστεί το πρόβλημα αυτό, πρέπει να δοθεί μεγαλύτερη έμφαση στις κοινοτικές πρωτοβουλίες που αποσκοπούν στην ένταξη των νέων με ΔΑΦ και στους κοινωνικούς πόρους που τους/τις υποστηρίζουν. Για τον λόγο αυτό, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να εξοπλιστούν οι τοπικοί και κοινοτικοί οργανισμοί στον τομέα της νεολαίας με γνώσεις και δεξιότητες κατάλληλες για την συμπερίληψη των νέων με ΔΑΦ στις κοινότητές τους, ώστε να είναι σε θέση να προσαρμόσουν τις υπηρεσίες τους σε αυτή την παρούσα και μελλοντική ανάγκη για την υποστήριξη της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης και της ανεξαρτησίας των ατόμων με ΔΑΦ.

Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο συντάχθηκαν αυτές οι κατευθυντήριες γραμμές, για να παράσχουν στους οργανισμούς στον τομέα της νεολαίας τις θεμελιώδεις γνώσεις και τα εργαλεία για να αναδιαμορφώσουν τις οργανωτικές και περιβαλλοντικές τους δομές και να επιτρέψουν στις προσφερόμενες δραστηριότητές τους να τις απολαμβάνουν οι νέοι/-ες με ΔΑΦ.

Στο πλαίσιο της έρευνας που προηγήθηκε της ανάπτυξης των παρόντων κατευθυντήριων γραμμών, εντοπίστηκαν διάφορες καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες, όλες με στόχο την προώθηση και την ενθάρρυνση της ένταξης των νέων με Διαταραχή του Αυτιστικού Φάσματος στην κοινότητα.

Πιστεύουμε ότι είναι χρήσιμο και σημαντικό να σας παρέχουμε αυτές τις καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες, οι οποίες μπορούν να αποτελέσουν έμπνευση για το δικό σας οργανισμό. Ως εκ τούτου, τα παρακάτω είναι μερικά παραδείγματα με τα οποία σας αφήνουμε. Οι βέλτιστες πρακτικές και πρωτοβουλίες που εντοπίστηκαν μπορούν να χωριστούν σε τρεις μακροκατηγορίες:



- Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στην κοινωνική συμπερίληψη
- Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στη σχολική συμπερίληψη
- Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στην εργασιακή συμπερίληψη των νέων με ΔΑΦ.

Στο τέλος, υπάρχει και ένα παράδειγμα ενός πολυδιάστατου προγράμματος συγκεκριμένα για άτομα με ΔΑΦ.

### 1. Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στην κοινωνική συμπερίληψη:

#### Rulli Frulli – Ιταλία

“Rulli Frulli” είναι ένα συγκρότημα που μεγάλωσε υπό πολύ δύσκολες συνθήκες: ο σεισμός που έπληξε την Εμίλια-Ρομάνια ή Αιμιλία-Ρωμανία (Emilia Romagna) το 2012. Περίπου εβδομήντα νέοι ηλικίας μεταξύ οκτώ και τριάντα ετών είναι τα μέλη της. Δεκαπέντε από αυτούς είναι νέοι με αναπηρία (αυτισμός και σύνδρομο down). Τα μέλη του συγκροτήματος Rulli Frulli αναζητούν νέους ήχους και τις αποχρώσεις τους κατασκευάζοντας και παίζοντας μουσικά όργανα χρησιμοποιώντας ανακυκλωμένα υλικά (σωλήνες, κεραμίδια, κατασαρόλες, καλάθια πλυντηρίων ρούχων κ.λπ.). Η μουσική χρησιμεύει ως εργαλείο για να ενώσει όλα τα διαφορετικά μέλη του συγκροτήματος και επιτρέπει στον/στην καθένα/-μία να κάνει τη δική του/-ης μοναδική συνεισφορά.

#### Famiglia Ludica – Ιταλία

Το έργο Famiglia Ludica επικεντρώνεται στην ενσωμάτωση των νέων με ΔΑΦ με τα μέλη της οικογένειάς τους και την ομάδα των συνομηλίκων τους χρησιμοποιώντας επιτραπέζια παιχνίδια. Το έργο προέκυψε από την ανάγκη να δημιουργηθεί ένας πιο ελκυστικός χώρος που θα ενίσχυε τους δεσμούς μεταξύ των μελών της οικογένειας με αποτελεσματικό τρόπο, μέσω ενός εργαλείου που είναι προσιτό σε όλους, ακόμη και οικονομικά, όπως τα επιτραπέζια παιχνίδια. Επιδιώκει να προωθήσει μέσω του παιχνιδιού τη γνώση και την αμοιβαία αναγνώριση των δεξιοτήτων για τη δημιουργία

στενότερων δεσμών- την απόκτηση αντίληψης εννοιών και δεξιοτήτων όπως η νοητική οργάνωση, η ευελιξία και ο αυτοέλεγχος- την ανάπτυξη νοητικών και κοινωνικο-σχεσιακών δεξιοτήτων, ικανοτήτων και συμπεριφορών όπως η ικανότητα παραμονής και συνεργασίας σε μια ομάδα, η διαχείριση συγκρούσεων και απογοητεύσεων- η βελτίωση στην οικογένεια και στις ομάδες της ψυχολογικής εγγύτητας, του αμοιβαίου σεβασμού και της αλληλεγγύης και της ικανότητας προσαρμογής και επίλυσης προβλημάτων.

#### “Servicio de Ocio Comunitario” – Ισπανία

Η πρωτοβουλία αυτή βασίζεται στα προσωπικά ενδιαφέροντα και τον ελεύθερο χρόνο με έμφαση στην κοινότητα. Ο κύριος στόχος αυτής της υπηρεσίας είναι να παρέχει υποστήριξη σε άτομα με ΔΑΦ, ώστε να μπορούν να απολαμβάνουν δραστηριότητες ψυχαγωγικού περιεχομένου, ανεξάρτητα από την διαταραχή τους. Ως εκ τούτου, η υπηρεσία συμβάλλει στην ενίσχυση της προσωπικής αυτονομίας και της κοινωνικής ένταξης στην κοινότητα. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει γενικές αθλητικές, κοινοτικές, ψυχαγωγικές, θαλάσσιες δραστηριότητες, και συγκοινωνιακής μεταφοράς δραστηριότητες, καθώς και ειδικές δραστηριότητες ανάλογα με τις προτιμήσεις των ωφελούμενων του συλλόγου.

## 2. Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στη σχολική συμπερίληψη

#### Gli Insuperabili – Ιταλία

Η πρωτοβουλία αυτή, με την ονομασία "Gli insuperabili" (Οι ανίκητοι/-ες), που αναπτύχθηκε σε ένα λύκειο της Μόντενα, δημιουργεί τη δυνατότητα να γνωρίσουμε και να δούμε την αναπηρία με διαφορετικό τρόπο μέσα από τη συνεργασία και τον κοινό στόχο, δηλαδή τη δημιουργία ενός θεατρικού έργου που θα ανέβει στο δημοτικό θέατρο της πόλης της Μόντενα. Η θεατρική παράσταση χρησιμεύει ως εργαλείο για την υλοποίηση ενός σχολικού και εξωσχολικού περιβάλλοντος πραγματικής ένταξης μεταξύ των νέων με διαφορετικές αναπηρίες και των συμμαθητών τους.



### Ειδικά σχεδιασμένη εκπαίδευση νέων -Δανία

Η δανέζικη πρακτική "Specially designed youth education - STU" αποτελείται από μια τριετή εκπαίδευση για νέους/-ες έως 25 ετών, η οποία απευθύνεται σε άτομα με νοητική αναπηρία και άλλους/-ες νέους/-ες με ειδικές ανάγκες που δεν μπορούν να ολοκληρώσουν κάποια άλλη εκπαίδευση για νέους/-ες. Η εκπαίδευση βασίζεται σε ένα προσωπικά αναπτυγμένο πρόγραμμα σπουδών και μπορεί να αποτελείται από:

1. Ένα γενικό κομμάτι που περιλαμβάνει θέματα σχετικά με τις κοινωνικές συνθήκες, το νοικοκυριό, την οικονομία και την αυτοφροντίδα.
2. Ένα ειδικά στοχευμένο κομμάτι, το οποίο, με βάση τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητες, περιλαμβάνει κατάρτιση στις εργασιακές σχέσεις και κατάρτιση στην απασχολησιμότητα.
3. Πρακτική άσκηση σε επιχειρήσεις και ιδρύματα για να αποκτήσουν οι νέοι/-ες εμπειρία εργασιακών συνθηκών και συνεργασίας σε έναν εργασιακό χώρο.

### Ειδικά μαθήματα σε Λύκεια για νεαρά άτομα με ΔΑΦ - Δανία

Αυτό το δανέζικο εκπαιδευτικό μοντέλο περιλαμβάνει τη δημιουργία ειδικών τάξεων, οι οποίες δημιουργήθηκαν για να ενθαρρύνουν τα παιδιά με ΔΑΦ να συνεχίσουν τις σπουδές τους στο γυμνάσιο. Οι τάξεις αποτελούνται από 12 μόνο μαθητές (αντί για 25-30 όπως συνήθως). Οι δάσκαλοι έχουν συμμετάσχει σε μαθήματα ειδίκευσης σε θέματα ΔΑΦ και διδάσκουν με γνώμονα τις ιδιαίτερες ανάγκες και δυσκολίες των μαθητών. Αυτό που διαφέρει είναι ο τρόπος διδασκαλίας- η διδακτέα ύλη και η διδασκαλία είναι η ίδια όπως σε όλες τις άλλες τάξεις. Ιδιαίτερη προσοχή δίνεται επίσης στο φυσικό περιβάλλον: η τάξη διαθέτει την ίδια κανονική αίθουσα διδασκαλίας με τις άλλες (άρα άφθονο χώρο για 12 άτομα) και επιπλέον υπάρχει μια ειδικά διαμορφωμένη αίθουσα ομαδικής διδασκαλίας με τη δυνατότητα επιπλέον ηρεμίας και χαλάρωσης. Τέλος, το λύκειο προσφέρει συζητήσεις με έναν/μία σύμβουλο που είναι εκπαιδευμένος/η ειδικός παιδαγωγός.

### 3. Καλές πρακτικές και πρωτοβουλίες που εστιάζουν στην εργασιακή συμπερίληψη

#### ErgAxia – Ελλάδα

Σκοπός του έργου αυτού είναι να καταρτίσει και να υποστηρίξει νέους ενήλικες με αναπτυξιακές, νοητικές διαταραχές και διαταραχές του φάσματος του αυτισμού στον εργασιακό χώρο, ώστε να βρουν και να διατηρήσουν την επιθυμητή θέση εργασίας. Η υπηρεσία δημιουργήθηκε για να ανταποκριθεί στο θεμελιώδες δικαίωμα κάθε ατόμου στην απασχόληση και να εξαλείψει τον επαγγελματικό αποκλεισμό των ατόμων με αναπηρία από την αγορά εργασίας.

#### TheSpecialisterne – Δανία

Η Specialisterne είναι μια εταιρεία που ιδρύθηκε από τον Thorkild Sonne, πατέρα ενός αυτιστικού αγοριού. Η εταιρεία αυτή προσφέρει υπηρεσίες σε άλλες εταιρείες με βάση τις ειδικές & μοναδικές ικανότητες πολλών νέων και ενηλίκων που αντιμετωπίζουν προκλήσεις λόγω της ΔΑΦ. Σήμερα η Specialisterne είναι μια εταιρεία εδραιωμένη σε πολλές χώρες που απασχολεί περισσότερα από 10.000 άτομα με ΔΑΦ. Η Specialisterne προσφέρει επίσης εκπαίδευση και προγράμματα κατάρτισης και ανάπτυξης για άτομα με ΔΑΦ και λειτουργεί ως γραφείο ευρέσεως εργασίας που βρίσκει ικανά άτομα με ΔΑΦ - αλλά με ειδικές και μοναδικές ικανότητες που απαιτούνται από άλλες μεγάλες εταιρείες - όπως αεροδρόμια - φαρμακευτικές εταιρείες.

#### Il Tortellante – Ιταλία

Το Il Tortellante είναι ένα θεραπευτικό - αποκαταστατικό εργαστήριο όπου νέοι/-ες και ενήλικες με διαταραχή του φάσματος του αυτισμού μαθαίνουν να φτιάχνουν φρέσκα χειροποίητα ζυμαρικά τα οποία στη συνέχεια πωλούνται στο κοινό. Το πρόγραμμα διευθύνεται και εποπτεύεται από νευροψυχίατρο και με τη συνεργασία συντονιστών ψυχολόγων και παιδαγωγών και τη βοήθεια του σεφ Massimo Bottura. Η συγκεκριμένη δραστηριότητα της παρασκευής φρέσκων χειροποίητων ζυμαρικών χρησιμοποιείται ως εργαλείο για να εργαστούν οι νέοι/-ες με διαταραχή του φάσματος του αυτισμού στους κύριους τομείς που υστερούν λόγω της διαταραχής αυτής: την επικοινωνία, την κοινωνική



σχέση με τους/τις συνομηλίκους και την αυτονομία και προσφέρει την ευκαιρία να μάθουν μια εξειδικευμένη δεξιότητα που μπορεί να καταστήσει τους/τις νέους/-ες με ΔΦΑ ανεξάρτητους/-ες στο μέλλον.

#### 4. Πολυδιάστατα έργα με ομάδα-στόχο άτομα με ΔΑΦ

“Κέντρο Οικογενειακής Παρέμβασης και Στήριξης για τον Αυτισμό”- Κύπρος

Τα πολυδιάστατα έργα που αφορούν άτομα με ΔΑΦ είναι μια πρακτική που εντοπίζεται στις περισσότερες χώρες. Τα έργα αυτά περιλαμβάνουν διάφορους τύπους εξειδικευμένων υπηρεσιών και υποστήριξης που απευθύνονται ειδικά σε άτομα με αυτισμό ή άλλες αναπηρίες και τις οικογένειές τους. Το κέντρο αυτό απευθύνεται ειδικά σε άτομα με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος στην πρώιμη παιδική ηλικία και τις οικογένειές τους. Η πρακτική αυτή περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, υπηρεσίες ψυχολογικής υποστήριξης και συμβουλευτικής, υπηρεσίες κατ' οίκον εκπαίδευσης και εκπαιδευτικής υποστήριξης, καθώς και υπηρεσίες κοινωνικής υποστήριξης.

## Βιβλιογραφικές Πηγές

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, DSM-5*.
- Anthony, N., & Campbell, E. (2020). Promoting Collaboration Among Special Educators, Social Workers, and Families Impacted by Autism Spectrum Disorders. *Advances in Neurodevelopmental Disorders*. doi:10.1007/s41252-020-00171-w
- AsIAM.ie - Ireland's National Autism Charity. (2012). *What Does Autism Friendly Mean?* Retrieved from ASIAM.IE: <https://asiam.ie/advice-guidance/community-inclusion/what-does-autism-friendly-mean/>
- Autism speaks. (2018). *Inclusion: Ensuring Access for Everyone*. Retrieved from Autism Speaks: <https://www.autismspeaks.org/tool-kit-excerpt/inclusion-ensuring-access-everyone>
- Bondy, A., & Frost, L. (1998). The picture exchange communication system. *Semin Speech Lang., 19*(4), 373-424. doi:10.1055/s-2008-1064055
- DIALOGICA - Creators of Autism Dialogue. (n.d.). *Creating an Autism Friendly Environment*. Retrieved from Autism dialogue: <https://autismdialogue.wordpress.com/creating-an-autism-friendly-environment/>
- Gessaroli, E., Santelli, E., Di Pellegrino, G., & Frassinetti, F. (2013). Personal Space Regulation in Childhood Autism Spectrum Disorders. *PLoS ONE, 8*(9). doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0074959>
- Ingersoll, B., & Dvortcsak, A. (2019). *Teaching Social Communication to Children with Autism and Other Developmental Delays - The Project ImPACT Guide to Coaching Parents and The Project ImPACT Manual for Parents*.
- Lai, M.-C., Lombardo, M., Chakrabarti, B., & Baron. (2013). Subgrouping the Autism "Spectrum": Reflections on DSM-5. *PLoS Biol, 11*(4). doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pbio.1001544>

- Lewis, V., & Boucher, J. (1988). Spontaneous, instructed and elicited play in relatively able autistic children. *British journal of developmental psychology*.  
doi:doi:https://doi.org/10.1111/j.2044-835X.1988.tb01105.x
- Lorah, E., Parnell, A., Whitby, P., & Hantul. (2015). A systematic review of tablet computers and portable media players as speech generating devices for individuals with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(12). doi:10.1007/s10803-014-2314-4.
- Matusiak, M. (2019). *How to create an autism-friendly environment*. Retrieved from Living Autism: <https://livingautism.com/create-autism-friendly-environment/>
- Miller, L., Anzalone, M., Shelly, J., Cermak, S., & Osten, E. (2007). Concept evolution in sensory integration: a proposed nosology for diagnosis. *The American Journal of Occupational Therapy*, 61(2), 135-140. doi:https://doi.org/10.5014/ajot.61.2.135
- Ohrberg, J. (2013). Autism Spectrum Disorder and Youth Sports: The Role of the Sports Manager and Coach. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 84(9). doi:https://doi.org/10.1080/07303084.2013.838118
- Schaeffer, Musil, & Kollinzas. (1980). Total Communication: A signed speech program for non-verbal children. Champaign: Illinois Research Press.
- Shic, F., & Goodwin, M. (2015). Introduction to Technologies in the Daily Lives of Individuals with Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(10), 3773-3776. doi:1007/s10803-015-2640-1
- Sridhar, A., Drahota, A., & Walsworth, K. (2021). Facilitators and barriers to the utilization of the ACT SMART Implementation Toolkit in community-based organizations: a qualitative study. *Implement Sci Commun*, 55.  
doi:https://doi.org/10.1186/s43058-021-00158-1

- Vivanti, G., Hudry, K., Trembath, D., & Barbaro, J. (2013). Towards the DSM-5 Criteria for Autism: Clinical, Cultural, and Research Implications. *Australian Psychologist*, *48*, 258-261. doi:<https://doi.org/10.1111/ap.12008>
- Wong, C., Odom, S., Hume, K., Cox, A., Fettig, A., Kucharczyk, S., . . . Schultz, T. (2015). Evidence-Based Practices for Children, Youth, and Young Adults with Autism Spectrum Disorder: A Comprehensive Review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, *45*, 1951-1966. doi:<https://doi.org/10.1007/s10803-014-2351-z>